

いきいきと元気に暮らす

沼島に住む細川彦三郎さんと宮子さんは、夫婦合わせて190歳。二人揃って元気に暮らしています。近所では、北区の「彦べえ」「宮さん」と呼ばれ、親しまれています。そんなお二人は、今日も老人車を押して、街を歩きます。(8月13日撮影)

主な内容

いつまでも健康で笑って過ごす……………	2～5
市政ひろば……………	6～7
福祉医療費助成制度……………	8～9
お知らせ……………	10～13
情報瓦ばん……………	14～15

まなびの扉……………	16～17
いきいき健康生活……………	18～19
心のかけはし……………	20～21
まちかどトピックス……………	22～23
若人の広場で献花式、郡史の拾い読み……	24

元気で長生き いきいきと



要支援・要介護の認定者数

区分	H19.3.31	H22.5.31
要支援1	208人	260人
要支援2	452人	412人
要介護1	311人	393人
要介護2	475人	558人
要介護3	365人	418人
要介護4	324人	383人
要介護5	271人	347人
合計	2,406人	2,771人

高齢者人口の推移

区分	H17.3.31	H22.5.31
総人口	5万4,510人	5万1,926人
高齢者人口	1万3,899人	1万4,395人
65～74歳	6,801人	6,329人
75歳以上	7,098人	8,066人
高齢化率	25.5%	27.7%

※左表の要支援・要介護は、下にいくほど(数字が大きくなるほど)介護の度合いが大きくなります。また、認定者数は年々増加傾向にあります

元気老人、ここにあり いつまでも健康で笑って暮らす

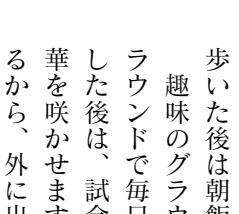
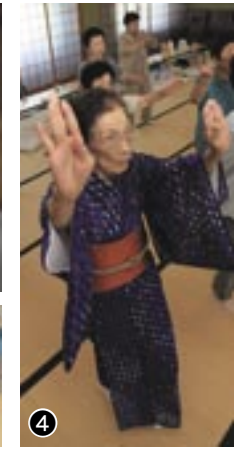
農業を営む松本恵さん(87歳・湊)と照子さん(82歳)。働き者の恵さんは毎朝5時に起き、健康のためにと乾布摩擦してから、田んぼに出かけます。健康の秘訣はよく働き、健康への関心が高いこと。健康のためにと市が行う町ぐるみ健診にも欠かさず行くそうで、「病気になる暇ないね。自分のことは自分で考えなくて」と農業に精を出します。妻の照さんは、「食べるものをおいしく食べて、笑って楽しく暮らす。それが幸せなんです。夫が仕事が好きで、私も一緒によくやっているので、夫婦で健康にやっています。仕事があつてよかったと思います。仕事をするのがほんまに楽しいですよ」と笑顔で話します。

広報「普段の生活で一番気をつけてることってなんですか？」
 高齢者A「転倒やね。年いっただら、こけたらあかん。骨折してしまう。ゆっくりにゆっくりに慎重に動いてるわ。」
 高齢者B「歯に気をつけてるね。歯が悪なったら食事の量が減る。食が減ったら、体も弱くなる。元気にやっていたいには、まずは食事やと思ってる。」
 日本人の平均寿命は男性79・59歳、女性86・44歳で、それぞれ4年連続で増加しています。2年後には団塊の世代の人が高齢期を迎え、その後急速に高齢者人口の増加が見込まれています。
 今、超高齢社会になる南あわじ市の65歳以上の高齢者は約1万4000人で、総人口に占める割合は27・7%（5年前から2・2%増）。そのうち約2700人の人が要支援や要介護の介護認定を受けています。
 介護が必要になるのは、病気や怪我で体を動かせなくなったり、歯が抜けて食べ物や思うように食べられなくなったりなど、さまざまなことがきっかけです。人は誰でも年を取ること、老化によって生活機能が低下します。しかし、日常生活で介護を予防することはできます。「住み慣れた土地ですつと元気で暮らしていきたい。」多くの高齢者は考えているでしょう。
 この特集では、介護保険を利用せずに、またはうまく利用しながら元気に過ごしている高齢者に話を聞き、それぞれの長寿の秘訣を探ります。

※生活機能＝人が生きていく機能全体のこと



①公民館の三味線サークル「三味線華名会」でも活動する露本さん。秋の文化祭では、同サークルで津軽調の「タント節」を演奏するため、日々練習に励んでいるといいます。②毎日楽しくいたいと話す露本さん③老人大学うずしお学園の舞踊部では13人の部員を指導します④南あわじ市市民音頭は部員全員が踊れるそうで、わきあいあいとしているクラブでリフレッシュもできると話します



「私は孤独になって家に閉じこもってたらあかんと思います。元気でやっていくには、外に出ていくことが大事。今は舞踊や民謡、三味線、カラオケ、グラウンドゴルフなど、毎日予定が入っています。出ていくことで、人と人とのふれあいがありますし、勉強もできます。楽しいですよ。」
 また、普段からテレビのニュースや新聞にも目を通し、若い人との話題づくりに心がけています。
 高齢に老化現象はつきものですが、前向きな気持ちを持つことも大切です。くよくよして人をもいるけど、私はさつと気持ちを切り替えたいといかないとも思っています。しん

「夜は8時に寝て、毎朝4時半に起きます。特別なことはしていませんが、起きたら必ず近所回りの散歩を30分。歩いた後は朝食が旨いですよ。」
 趣味のグラウンドゴルフは、西淡グラウンドで毎日練習です。3試合ほどした後は、試合の反省やよもやま話に華を咲かせます。家にいたら閉じこもるから、外に出るいきつけかけです。
 身体は夫婦ともに健康で、病気がない病気がありませんが、町ぐるみ健診は毎年受診します。気になる点を診てもらおうのは安心ですね。
 妻は畑でピーマンやトマトなど野菜を作ります。毎日気になるようで、朝も暗いうちから見に行きます。量は少いですが、できたら嬉しくてね。自家製の新鮮な野菜が食卓にのぼる、それが楽しいんですよ。思っています。」

▲できる範囲で野菜を作るといふみゆきさん

▲家庭では何でもざっくばらんに話すといひます



▲自宅の瓦工場で乾いた瓦を台車からハンガーに乗せる庄司夫婦



▲ハイパーリーで背中中の筋肉を鍛える榎野さん。トレーニングが健康の秘訣といひます

早寝・早起・毎日散歩。特別なことは何もないけど健康に過ごしています。

普通のことを普通にできることほど、幸せなことはいない。



人とたくさん話して、楽しく笑う。

安田勝子さん（82歳・倭文）は一人で暮らしますが、毎日が忙しく楽しいと笑顔を見せます。老人大学やいずみ会、市が行う介護予防教室にも通い、人と交流する機会が多いといいます。「健康の秘訣？そうですね・・・。人とたくさん話をすること。この通りよくしゃべりますから、笑うことも多いんです。そのためには、家に閉じこもらないのがいい。外に出たいというも思っていますよ。」

また、やっぱり気分的に追い込まないようには気を付けてますね。庭に植えてある植物の手入れが毎日の日課で、精神安定にも繋がっています。

そのほか、週4日～5日は片道約1.5kmの公会堂まで歩きます。最近暑いですから、老人車を押して、日陰を通りながらね。でも、元気にやっついていくには、転んだらためですね。骨折したらしばらく歩けません。普段は

とても元気で体が丈夫。痛いところもなく、働き者でよくしゃべる。こんな高齢の男性が、ある日自宅の玄関でつまづく。こける際に体を支えようと、ちよつと手をついたところ手首を骨折・・・。

介護予防

元気なうちから取り組もう

若い頃と比べて骨の量が減っている人は大勢いますが、ほとんどは症状がなく、日常生活に困ることなく過ごしています。しかし、何でもないことで、怪我をする高齢者は多くいます。

市では、病気や怪我によって要支援や要介護状態にならないように、「介護予防」事業で高齢者への支援を行っています。また、参加することで、運動機能の向上のほか、仲間づくりなど閉じこもりの防止などにも取り組んでいます。

地域包括支援センターの垣貴美子課長補佐は、介護予防教室への参加者はまだまだ少ないと話します。



▶町ぐるみ健診を受けた高齢者に、25項目の子エクシートに生活機能の状態を記入してもらいます。改善が必要な人には後日連絡が入ります

▲普段の食事でカロリーを考えて、ごはんの分量を測って食べ過ぎに気をつけるという安田さん

ゆつくり慎重に動いているんですよ。でもねえ。私は一人でいますから、将来の不安もありますよ。だから、普段よく会う人に、「おばあちゃん、私が入院したら、これを持ってきてよ」とか、年寄り同士の話では、もしものときの話をしますね。危なくなつたときの準備をしています。

私の信条ですが、「わしら年やから、どうでもええ」といった考えでは過ごしたくはありません。今やっていることを広げず、無理せず充実して、前向きに生きていきたいと思えますね。」



①植物に水をやる安田さん②スケジュール帳には外出の予定が書かれています

力仕事も多いですが、牛を育てることが私たちの元気の源です。



▲良い牛が育てば、市場で高値がつくことも。やりがいがあると話します

入谷英雄さん（85歳・神代）と息子さん（84歳）は、毎日和牛の世話に汗を流します。「私たちが健康でいられるのは、牛のおかげ。毎朝6時に起きて、牛舎で仕事をした後、朝ごはんを食べます。生活は規則正しいですよ。」

牛舎では、力仕事も多いんです。堆肥（ばらけ）を一輪車で堆肥舎に持っていくときなど、体力がいりますよ。牛は生きてますからね、毎日の世話が必要で、やっぱりいつも気にかかっています。休みなしですが、よく歩き、よく身体を動かす仕事のおかげで元気なんです。

牛舎は集落と田んぼの間にあります。だから、牛舎にいと、農作業にいく近所の人がよく声をかけてくれます。人と話したり交流すると元気が出ます。

今後も歳を取りますが、1日でも多く自分が自分でできたことが自分です。」



▲乾草を牛に与える入谷夫婦

細川宮子さん（96歳・沼島）と彦三郎さん（94歳）は、二人合わせて190歳。夫婦二人で暮らし、共に元気でいられるのは有難いと話します。「17年前に転んで股関節を骨折して脚が悪いですが、娘が帰ってくる船着き場まで歩けるよう、毎朝体操をします。船着き場まで800歩。自分の脚で歩けるようハビリもしますし、1人で何でもこなします。」

口は達者ですよ。しゃべりが大好きですから、話すことが一番の体のだと思えます。普段夫婦では、食材の買い出しの話をよくしますね。買い物やごみ捨て、墓の水かけは夫の日課で、毎日ハシモト（橋本商店）に買い物に行くことが楽しみといます。夫が元気なのも毎日歩くからかもしれません。

沼島は暮らしやすいところやと思います。船の便や医療関係は不便やと思うけど、住むのには満足しています。2人で生活するにも、近くの親戚や近所の人が助けてくれる。いつ何があっても不安はありません。」



▲元気なうちからの取り組みが大切と話す垣課長補佐

「町ぐるみ健診で高齢者の生活機能の状態を問診して、近い将来、要介護状態になるおそれのある人をチェックしています。問診票では、①もの忘れが多い②固いものが食べられない③転倒の不安があるなどの項目が自己チェックでも多く見られます。改善が必要な人には個別に教室の案内をし、運動や栄養改善、口腔機能の向上で、今の状況が改善できることを目指しています。」

ただ、生活に身体的な支障が出ていない人も多く、まだ教室の参加者が少ないのが現状です。参加者の声を聞くなど、大半の人が体力アップなどの効果を実感しています。積極的に参加してほしいと思います。」

人間の体は使わなければ、徐々にその機能が衰えます。いずれは現状維持もできなくなります。介護予防は、自身ができることを支援し、残された機能を生かすことで、要介護になることを予防するのです。

地域包括支援センターが行う介護予防事業

地域包括支援センターが行う介護予防事業では、生活機能の低下によって要支援・要介護の状態にならないように、介護予防に取り組んでいます。事業では、それぞれ参加者の生活機能の分析や評価を行いながら、機能の維持改善を目指します。☎地域包括支援センター☎44-3006



▲お達者教室で口腔機能向上のため、歯の手入れの仕方を学びます



▲転ばぬりハビリ教室ではボールを使って身体機能の向上を目指します

介護予防事業

予防教室	内容
転ばぬりハビリ教室	筋力やバランス力、柔軟性の維持・向上など、運動機能を訓練します
お達者教室	栄養改善や口腔機能の向上、認知症・うつ予防などを学びます
訪問事業	閉じこもりや認知症、うつなどのある人を訪問します
介護予防出前講座	地域の要望に応じた介護予防に関する内容で教室などを行います

介護保険申請となる理由

区分	割合
関節疾患	22.2%
脳血管疾患	18.2%
認知症	17.0%
骨折・転倒	12.6%
その他	30.0%

※21年度の南あわじ市介護認定審査会対象者主治医意見書より

※他に全ての65歳以上の人を対象とした介護予防出前講座やミニデイサービスなどがあります

①ケアプランを作成

保健師と相談し、目標を立てます

②介護予防教室や相談など

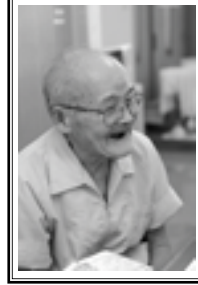
小グループでの介護予防教室や健康相談、個別訓練を行います

③目標達成度を評価

定期的に身体機能のみて評価を行い、プランを見直します



▶健康サークル「足腰ピッチャン教室」では、介護予防を意識しながら、体力アップを目指します。同好会では会員の募集もしています。（17頁参照）



お達者教室に参加した矢野昇さん（84歳・賀集）は、「私は1日3回以上、食事やおやつの後などには、毎回歯を洗います。お達者教室では、入れ歯の手入れの仕方を教わり、勉強になりました。今後に活かしたい」と話します。

夏まつりが盛大に開催！ 慶野・福良



▲8月13日の福良盆踊り(阿波踊り)。特色ある18組の連が参加して賑わいました

猛暑となった今年の夏、慶野松原と福良をはじめ各地で夏まつりが盛大に開催されました。参加する人、観る人、まつりを支える人々の熱い力が集結して、今年も最高潮の盛り上がりを見せました。



市民まつりの慶野松原花火大会と福良湾海上花火大会では、多くの協賛を得て、豪快な花火が打ち上がりしました。



▲海上からの大輪の花火(7月24日、慶野)

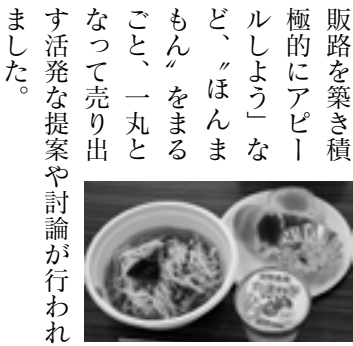
▲「大綱曳」本番前に行われた子ども参加の綱曳き。(8月14日、福良)

農業シンポジウム開催



▲マーケティングの専門家や農業の研究者、販売者や都市生活者を含めた7人を招いて開かれた公開討論会(パネルディスカッション)

農業で生き抜く手法を考えてみようという「売り出そう！南あわじ農業シンポジウム」を8月18日、三原公民館で開催しました。公開討論会では「文化や風土など、違いや良さ」を独自の「積極的に盛り込んで売り出してはどうか」「農業観光の地を目指してはどうか」「農山村の環境見本とあって、心をつかむ農産物づくりをしよう」「適切な購買客への



▲試食会で出された品々

また、市内で農産物の加工開発に挑戦する人たちが作った食品の試食会では、玉葱のアイスクリームやジャム、米粉を使った麺や蒸しパン、びわジャムを試食してもらい、感想を記入してもらいました。

日韓中学生サッカー交流



▲交流をした日韓両国の選手たち

淡路島と韓国南海島(郡)では、両島民の交流事業として、昨年度から「淡路島・南海島サッカー交流事業」を行っています。今年も韓国南海島の南海スポーツパークで交流し、淡路島内から選ばれた選手団21人(中学2年生)が参加しました。南海郡では学校訪問や交流試合、選手同士の交流会などが行われました。交流試合の結果は、第1試合が淡路島3-1、4南海郡、第2試合では淡

淡路島からサッカー選手団派遣

路島4-5南海郡でした。同世代の外国人と試合や交流会で交流できたことは、お互いにより刺激となったようです。この体験を忘れず、貴重な経験を活かして、日本と韓国の友好交流の架け橋となつてほしいものです。



▲プレーする選手たち

淡路地域水道事業統合記念式典

島内3市の水道事業が今年4月1日、「淡路広域水道企業団」に統合し、島民に安全で安心な水を安定して届ける事業経営が行われています。8月7日には、より一層の効率化と安定経営に努めることを内外に示す統合記念式典が洲本市で開催されました。統合の経緯や意義、功労への感謝を伝える式典が催され、続いて「やっばり安心、水道水が見直されてきている」として、法政大学生命科学部



▲「水道水を見直そう」と講演する左巻教授

環境応用化学科の左巻健男教授による記念講演が行われ、水道水の重要性について話しました。

ふるさと納税

寄附状況の公表 (8月16日現在)

区分	件数	金額
南あわじ市内	330件	44,198,219円
市外(島内)	47件	5,871,000円
市外(島外)	207件	27,534,940円
合計	580件	77,604,159円

詳細は市のホームページで掲載しています

学生海外派遣団が帰国



▲セライナ市から贈られたTシャツを着て報告会に出席した派遣団のメンバー

ステイ先での交流や貴重な体験の感想を発表しました。

将来のまちづくりを担う国際色豊かな人材育成を目指して、市では、市内在住の学生を対象に海外派遣への助成を行っています。今回、高校生11人と引率者3人の派遣団が、7月22日～8月3日の13日間、姉妹都市提携を結ぶ米国オハイオ州セライナ市などを訪れて無事帰国しました。8月13日に市役所で行われた報告会では、現地での淡路人形浄瑠璃や書道を披露した様子などを映像で振り返り紹介した後、一人ひとり、ホーム

看板で下水道加入促進

市では下水道の「宅内工事中」を示す看板を作製しました。これは、実際の工事中の場所に表示して、看板を見た人に、下水道接続工事への理解と関心を持ってもらい、加入促進につなげるために作製しました。この看板は、8月から宅内工事業者が工事申請します。市ホームページでも「海外学生派遣団」「夏まつり」の写真を紹介しています。また、ケーブルテレビでは「農業シンポジウム」や「福良盆踊り」の模様を放送します。



▲縦60cm×横90cmの看板

ふれあい市長室

総合的判断から新庁舎建設を決断

南あわじ市長 中田勝久

新庁舎建設基本計画の説明会を4月から5月、市内21地区や各種団体の総会等で開催させていただきました。説明会では、色々なご要望や意見を真摯に受け止め、①伝統的見地、②淡路瓦の利用可能性、③淡路瓦の活用、④年中無休での窓業務の検討、⑤障害者の皆様が働く売店や食堂の併設、⑥建設工事や設計業務への地元業者の参加、⑦地域活性化に繋げるため分庁舎跡地の有効活用を地域と共に協議、⑧市民交流センターの利便性を高める、などを再検討し、基本計画を修正いたしました。新庁舎の必要性は、繰り返し申し上げておりますとおり、①5庁舎1棟の中で約6割の建物の老朽化が目立ち、震災への対応を急がなければならぬこと、②複数の担当課にわたる事務を市民の皆様が各庁舎を回るのではなく、1か所に対応できるようにするとともに、職員定数の適正化を行い、新庁舎建設による毎年約2億円のコスト削減を実現させ、財政健全化や住民サービスの向上に努めなければならぬこと、③合併特例により事業費の約3分の2の費用が国から交付される合併特例債の期限が合併後10年であり、平成26年度完了が期限であるため、これを逃すと約11億円が追加必要となること、④市民交流センターを設置し、市民サービスの低下を招かないよう簡易な窓口業務や活動支援体制を整え、独自性のある地域が自ら「地域づくり計画」を策定し、市民同士が支え合い、きめ細かな活動を推進する必要があること、⑤長期的に考えると、淡路島3市の合併の可能性を捉え、各市には核となる庁舎が必要となることなどが挙げられます。私は、市長として南あわじ市の将来を真剣に考え、総合的に客観的に判断した結果、新庁舎建設に踏み切ることとさせていただきます。現在市議会でも十分協議をお願いし、審議をいただいております。市民の皆様におかれましては、南あわじ市の未来を考慮いただき、熟慮に熟慮を重ねた決断にご理解賜り、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

(高齢)重度障害者医療費助成



対象
身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者福祉手帳1級(精神疾患の治療は対象外)

所得制限等
本人・配偶者・扶養義務者の住民税所得割税額が23万5000円未満

※特別障害者手当の所得制限基準に該当する住民税所得割税額が23万5000円以上の人は経過措置で(高齢)重度障害者医療の対象となります。(平成23年6月30日まで)

窓口負担額
外来 医療機関ごとに1日600円(低所得者400円)を限度に月2回まで

入院 1割負担で医療機関ごとに月2400円(低所得者1600円)まで

※(高齢)重度障害者医療の経過措置に該当する人は、①外来Ⅱ医療機関ごとに1日900円を限度に月2回まで②入院Ⅱ1割負担で医療機関ごとに月3600円まで

市が実施している福祉医療費助成制度では、乳幼児や重度障害者、老人、ひとり親家庭の人などを対象に、健康保険で診療を受けた場合に医療費(自己負担額の一部)の助成を行っています。

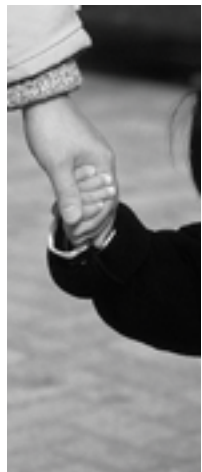
助成を受けるには、県内の医療機関等で保険証と受給者証を提示する必要がありますが、他の公費負担医療の給付を受けるときは、他の公費負担医療が優先適用され、福祉医療の対象になりません。

広報では同制度の内容をご紹介しますので、申請漏れや疑問点などありましたら、保険課までご連絡ください。

☎保険課 ☎44-3003

福祉医療費助成制度

母子家庭等医療費助成



対象
18歳到達後最初の3月31日を迎えていない子を養育する配偶者のいない母や父、その児童、遺児

所得制限等
児童扶養手当の支給に係る要件を満たしていること

※配偶者と死別、離別、遺棄されているまたは配偶者が重度障害者で長期にわたり労働能力がない、未婚の母又は父など

窓口負担額
外来 医療機関ごとに1日600円(低所得者400円)を限度に月2回まで

入院 1割負担で医療機関ごとに月2400円(低所得者1600円)まで



申請に必要なもの

- ①印鑑
- ②助成対象となる人の保険証
- ③(高齢)重度障害者は、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれか
- ④所得証明書(市外から転入または市外に扶養義務者がいる人)

現在福祉医療を受給しており、申請時と状況が変わった場合は届出が必要で、変更の内容によっては助成金を返還していただく場合がありますので、必ず届出をしてください。

- ①住所を変更した
- ②保険の種別が変わった
- ③扶養義務者(受給者の生計を維持している人)が転出等により受給者の生計維持者が変わった
- ④母子家庭等医療を受給している人で、婚姻予定がある、あるいは婚姻の届出はないが夫婦として生活するようになった、または母が妊娠したなど



こども医療費助成

小学校4年生、中学校3年生までの子どもの入院医療費(平成22年4月1日以降の入院分)の自己負担(3割)の1/3を助成します。(長期入院の場合は、4か月以降は自己負担額を全額助成。受給者証の交付はありません)

※福祉医療制度やスポーツ振興センター法に基づく災害共済給付など他の医療費の助成を受けるときは助成対象外です。

※所得制限がありますので、申請前に一度保険課までご連絡ください。



老人医療費助成

対象
65歳〜70歳の誕生日まで

所得制限等
世帯全員が住民税非課税で、年金収入を加えた所得が80万円以下

※この基準にはずれた非課税世帯の人は、経過措置で老人医療の対象者となります。(平成23年6月30日まで)

窓口負担額
2割または1割

乳幼児等医療費助成

対象
0歳〜小学3年生まで

所得制限等
①0歳は所得制限なし

②1歳以上は、扶養義務者の住民税所得割税額が23万5000円未満

※児童手当特例給付の所得制限基準に該当する住民税所得割税額23万5000円以上の人は経過措置で乳幼児等医療の対象となります。(平成23年6月30日まで)

窓口負担額
外来 ①0〜3歳未満Ⅱ無料②3歳〜就学前Ⅱ医療機関ごと1日500円(低所得者300円)を限度に月2回まで③小学1〜3年生Ⅱ医療機関ごと1日800円(低所得者600円)を限度に月2回まで

入院 無料

※経過措置に該当する人は、①外来Ⅱ医療機関ごとに1日1200円を限度に月2回まで②入院Ⅱ1割負担で医療機関ごとに月4800円まで



市内局番を確かめておかけください



南あわじ市役所
総合窓口センター
緑 庁舎 ☎44-3001
西淡庁舎 ☎37-3011
三原庁舎 ☎43-5021
南淡庁舎 ☎50-3031

【中央庁舎】
議会事務局 ☎43-5005
市長公室 ☎43-5002
総務部
総務課 ☎43-5001
防災課 ☎43-5006
情報課 ☎43-5003
さんさんネット ☎43-2345
選挙管理委員会事務局 ☎43-5004

【緑庁舎】
健康福祉部
福祉課 ☎44-3002
長寿福祉課 ☎44-3005
保険課 ☎44-3003
健康課 ☎44-3004
少子対策課 ☎44-3040

【西淡庁舎】
産業振興部
商工観光課 ☎37-3012
企業誘致課 ☎37-3046
水産振興課 ☎37-3013

都市整備部
管理課 ☎37-3014
建設課 ☎37-3015
都市計画課 ☎37-3016
教育委員会(教育部)
教育総務課 ☎37-3017
学校教育課 ☎37-3018
人権教育課 ☎37-3019
生涯学習文化振興課 ☎37-3020

【三原庁舎】
市民生活部
市民課 ☎43-5023
税務課 ☎43-5022
収納課 ☎43-5034
生活環境課 ☎43-5024
農業振興部
農林振興課 ☎43-5025
農地整備課 ☎43-5026
地籍調査課 ☎43-5027
農業共済課 ☎42-6210
農業委員会事務局 ☎43-5029

【南淡庁舎】
財務部
財政課 ☎50-3033
管財課 ☎50-3034
下水道部
企業経営課 ☎50-3036
下水道課 ☎50-3039
下水道加入促進課 ☎50-3041
会計課 ☎50-3040
監査委員事務局 ☎50-3050

2010 国勢調査

市内全世帯が対象
国勢調査

国勢調査は、5年に1度の調査です。日本国内の人口や世帯、就業者からみた産業構造などの実態を地域別に明らかにする資料を得るために行う国の統計調査です。

今年10月1日が調査基準日
9月中旬から調査員が全ての世帯に調査票を配布しますので、ご記入をお願いします。

- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 平成22年国勢調査は、日本が本格的な人口減少社会となって実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるための最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、社会福祉や雇用対策、生活環境の整備などに役立てられます。
- 調査票は、封筒に入れて封をした上で調査員に渡すか、市へ郵送で提出していただきます。
- 調査票に記入した内容は、統計の作成に関連する目的以外に使用することはありませんので、正確な記入をお願いします。



国勢調査は、日本の未来や地域のまちづくりのための基礎資料になります!

総務省・兵庫県・南あわじ市

国勢調査は、平成22年国勢調査広報サイト「国勢調査e-ガイド」をご覧ください。

国勢調査 e-ガイド 検索 総務課 ☎43-5001

http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/kouhou/index.htm

市有財産を売却

一般競争入札で売却

入札参加方法

個人・法人を問わず、どなたでも参加できます。

受付期間

9月2日(木)～22日(水)

申込方法

受付期間内に管財課(南淡庁舎)で必要書類を受取り、申請手続きを済ませ、入札に参加してください。

入札日程

9月24日(金)午後1時30分
、南淡庁舎3階第1会議室
管財課 ☎50・3034



所在地	面積	地目	現況
南あわじ市青木110-1	512.36㎡	宅地	宅地

遊休農地に果樹を植えませんか

再生モデル事業として、次の①～④の要件を全て満たす農家に果樹の苗を無償で配布します。

要件

- ①耕作を放棄している、又は今後も作付の意思がない農地
- ②果樹栽培で近隣の農地や農作物に影響がない
- ③今後、園地を管理して収穫・販売ができる
- ④農業振興地域内の農地

※数量に限りがあります
申し込み 住所、氏名、植栽場所の地番・面積、苗の種類・本数をお伝えください。受付後、候補地の現地確認を行い可否を決定します。

申込締切日

9月17日(金)
南あわじ市耕作放棄地対策会議(農林振興課内)
☎43・5025

議会

9月日程 第34回市議会定例会

時間：午前10時～

本会議

日程	内容
1日(水)	①常任委員会調査報告 ②21年度一般会計・特別会計決算認定 ③条例案上程 ④22年度一般会計・特別会計補正予算案上程 ⑤その他の案件上程
2日(木)	予備日
6日(月)	一般質問
7日(火)	一般質問
9日(木)	一般質問、追加議案上程
13日(月)	予備日
30日(木)	追加議案上程、付託案件委員会審査報告

議会事務局 ☎43-5005

委員会

日程	委員会	内容
22日(水)	総務常任委員会	
24日(金)	文教厚生常任委員会	付託案件審査
27日(月)	産業建設常任委員会	

※21年度決算は、決算審査特別委員会を設置し、審査を行います。審査の日程は、決算審査特別委員会設置後、9月15日(水)・16日(木)・17日(金)・21日(火、予備日)で調整を行う予定です。

- 議会は中央庁舎3階の議場で傍聴できます。
- インターネットによる動画中継、テレビモニター中継(各庁舎ロビー、公民館)を行っています。ご利用ください。

敬老会を開催します

日時 9月20日(月) 午前10時

場所 ①緑地域Ⅱ緑市民センター ②西淡地域Ⅱ御原中学校体育館 ③三原地域Ⅱ三原健康広場 ④南淡地域Ⅱ文体育館

化体育館

対象者 9月15日現在で70歳以上(昭和15年9月16日以前の生まれ)で市内に住所がある人
長寿福祉課 ☎44・3005

敬老祝金(商品券)をお贈りします

対象者 9月15日現在で市内に住所を有する満80歳以上(昭和5年9月16日以前の生まれ)の人

支給 ふれあい振興商品
長寿福祉課 ☎44・3005

券3000円分

支給方法 9月上旬に郵送(簡易書留)でお贈りします

家庭用生ごみ処理機の補助金制度

南あわじ市の生ごみ排出量は、年間一人あたり約50kgにもなります。

処理機を使うと1/5、1/7に減量化され、土と混ぜることで堆肥として使用できるものもあります。ごみ処分費の削減やご家庭でのエコ活動にお役立てください。

▼機器の種類と補助金額

機器の種類	補助金額(①と②を共に満たす)
生ごみ減量容器 (生ごみ堆肥化容器、コンポスト)	①購入金額の1/2以内 ②4,000円を上限
生ごみ処理機 (電動、減量化、炭化、堆肥化)	①購入金額の1/2以内 ②30,000円が上限

みなさんのお役に立ちます

- 植木剪定 ○大工・左官仕事 ○農作業 ○除草・草刈 ○軽作業
- 施設管理 ○清掃 ○毛筆筆耕 ○家事手伝い(掃除・洗濯・食事支度) など

お気軽にお電話下さい

どんな仕事でもご相談下さい

南あわじ市シルバー人材センター

〒656-0478 南あわじ市市福永358-1(三原庁舎内)
TEL / 0799-42-5339 FAX / 0799-42-6044

広田事業所 TEL / 0799-45-0012
福良事業所 TEL / 0799-52-0070
西淡窓口 TEL / 0799-36-2083

広告

地デジ放送受信機無償給付 期間延長

《申込期間》12月28日(火)まで
《対象世帯》①生活保護などの公的扶助を受けている世帯 ②市民税が非課税の障害者世帯 ③社会福祉事業施設の入所者、①～③の世帯で、NHKとの受信契約を結び、受信料が全額免除であること
※すでに地デジ放送を視聴している世帯は支援対象外です。支援は現物給付のみになります。購入済みの機器やアンテナは対象外です。
圏地デジチューナー支援実施センター ☎0570-033840



家屋減失届の提出
家を減失したときは、税務課へ家屋減失届の提出をお願いします。
税務課 ☎43・5022

募集

市営住宅入居者

政令月収15万8千円以下対象
(小学校就学前の子どものいる世帯等は、21万4000円以下)

▽津井団地(津井)

1戸、B棟1号(メゾネット)、3K、単身不可、昭和59年度建築。家賃月額1万4800円、2万9100円

▽富田団地(神代)

1戸、A棟401号、3DK、単身不可、昭和63年度建築。家賃月額1万9600円、3万8500円

▽富田団地(神代)

1戸、C棟304号、3DK、単身不可、平成7年度建築。家賃月額2万1800円、4万2900円

▽四季の丘団地(阿万塩屋)

1戸、C棟4号、3LDK、単身不可、平成16年度建築。家賃月額2万5100円、4万9400円、駐車

1台月額2500円(屋根付き5000円)

◆申込締切日 9月15日(水)

◆公開抽選日 9月27日(月)

午前10時、西淡保健センター

◆申込先 総合窓口センター

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016

〒37-3016



▽申込方法 履歴書と資格免許証の写しを郵送または持参で提出

※登録期間は2年間です。雇用の必要が生じた場合、登録者の中から選考し採用します

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

〒54-0421

第6回南あわじ市 シングルステニス大会

▽日時 9月5日(日)

午前8時30分

※雨天時は9月12日(日)

▽場所 西淡社会教育センター

▽種目 男女A・B級(1回戦勝者A級、敗者B級)

▽費用 1000円(当日集金)

▽申込方法 氏名、住所、電話、性別を西淡社会教育センターまで電話またはFAX

▽申込締切 9月2日(木)

〒36-2027

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

〒36-2319

新鮮な野菜・魚介類の販売 「地産地消」の直売所

◆うずしお朝市

▽日時 毎月第4日曜日

午前9時~正午

▽場所 福良漁業協同組合

〒52-0064

◆さんちゃん市

▽日時 年中無休

午前9時~午後5時

▽場所 淡路ファームパーク

〒43-2882

◆しつお朝市

▽日時 毎週日曜日

午前8時~10時

▽場所 倭文まちづくりの丘

〒46-0301

◆幡多の青空市

▽日時 毎週日曜日

午前7時~11時

▽場所 中央サイクルセンター隣

〒42-2047

◆鳥井土曜青空市

▽日時 毎週土曜日

午前8時~10時

▽場所 鳥井公会堂前

〒42-1169

◆豊の里青空市

▽日時 毎週日曜日

午前9時~午後4時

▽場所 豊公園

〒36-2117

◆淡路障害者自立支援の集い

▽内容 「地域でくらすを考える」をテーマに事例発表

▽日時 10月2日(土)

午後1時~3時30分※無料

▽場所 洲本市文化体育館

〒3332

◆NHKの生放送で南あわじ市が紹介されます

NHK神戸放送局のキャスターが南あわじ市に来て、人形浄瑠璃や瓦、たまねぎなどを生放送で紹介し、島内外にPRします。

▽番組名 ニュースKOB E発「ふるさとキャラバン」

▽日時 9月28日(火)

午後6時10分~7時

※三原公民館からの公開生放送(入場無料)です。どうぞお集まりください。

◆司法書士会による相談

(無料登記・法律相談、予約不要 ※先着順)

◆日時 21日(火) 10:00~12:00

◆場所 県洲本総合庁舎

(多重債務相談、予約不要 ※先着順)

◆日時 27日(月) 10:00~12:00

◆場所 県洲本総合庁舎

〒62-3206

◆行政書士による相談

(先着3人)

◆内容 農地法・相続・契約関係

◆日時 13日(月) 13:30~15:30

◆場所 県洲本総合庁舎(予約必要)

◆申込 42-5355(行政書士奥野一喜)

◆教育相談

◆内容 保護者等の教育問題に対する相談

◆日時 13日(月) 13:00~15:00

◆場所 県洲本総合庁舎(予約必要)

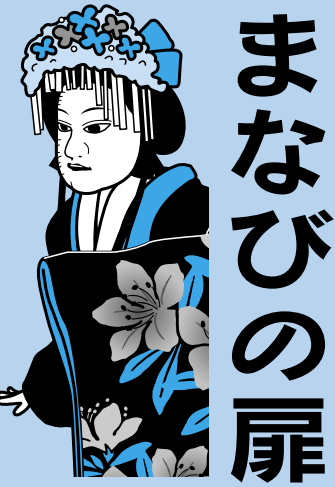
◆申込 淡路教育事務所「教育相談窓口」

〒22-4152

◆女性問題相談(DV、セクハラなど)

◆内容 女性の相談員による面接相談

◆日時 17日(金) 13:0



まなびの扉

超かんたん極つま料理教室

▽内容 家庭で手軽に安全でおいしい料理を作ります

▽日時 9月17日(金) 午後1時30分

▽場所 働く婦人の家

▽講師 おさめクッキング教室

▽定員 20人(材料費必要)

▽申込締切 9月10日(金)

▽開催場所 働く婦人の家 ☎43・2326

淡路人形浄瑠璃資料館

◆淡路人形浄瑠璃名場面
「淡路人形芝居の主役たち」
来年8月中旬まで

◆淡路人形絵画展
10月24日(日)まで

◆淡路人形作品展
「三原木偶作り講座生作品」
11月4日(木)まで

田尻洋一ピアノリサイタル

▽内容 ショパン名曲集を中心としたピアノリサイタル

▽日時 9月18日(土) 午後8時

▽場所 神代小学校校庭

▽その他 悪天候時は神代地区公民館でプラネタリウム。参加費無料。保護者同伴。園くましろふれあい広場(木田) ☎090・3616・3824



第77回天体観測会「木星と天王星の大接近を見よう」

▽日時 9月18日(土) 午後8時

▽場所 神代小学校校庭

▽その他 悪天候時は神代地区公民館でプラネタリウム。参加費無料。保護者同伴。園くましろふれあい広場(木田) ☎090・3616・3824

館蔵品展「隠元一代記」

直原玉青画伯の代表作として高い評価を受けている「黄檗宗祖隠元一代記」全11図を展示。水墨で描かれた大画面を堪能ください。

▽期間 10月末まで

▽入場料 大人300円

▽定休日 月曜日

▽場所 玉青館 ☎36・2314



▲四、不思議の僧に逢ふ



▲隠元大光普照国師像

61

南あわじの文化財

神代の覚住寺の境内に、地藏立像を刻んだ自然石板碑が立っています。板碑は柱状に近い石材の平らな碑面の中央部を彫りくぼめ、宝珠と錫杖を持った地藏立像を厚く彫りだしています。



▲地藏立像板碑

風化のために地藏の顔部等の一部は剥落していますが、両袖、袈裟の衣文を豊かに彫刻し、手や足は指先まで繊細に刻まれ、さらには錫杖頭の細部まで精巧に表現されています。下部には、永徳4年(1384年)の刻銘があり、淡路島における南北朝時代に建てられた板碑のすぐれた遺例として、平成3年に兵庫県指定重要文化財に指定されています。

第17回阿波おどり体操リーダー養成講習会
▽日時 9月4日(土) 午後8時

▽場所 南淡公民館

▽会費 100円

▽阿波おどり体操振興協会

ひとくせセミナー(定員10人)
(出田) ☎55・1111

▽内容 顕微鏡で見ないと見えないような小さな化石を紹介。放散虫化石の標本がもらえます。※参加費600円

●おかげさま
草場 一壽作/平安座 資尚絵(サンマーク出版)

おかげさまって、なんのこと? ゆうちやんに聞かれたおじいちゃん、生かされていることへの感謝の言葉だと答えて…。数多くの学校で「道徳」の授業に使用されている「いのちのまつり」の第3弾。開けてビックリのしかけ付き。

●まねしなくなる収納とインテリア(扶桑社)

西淡公民館図書室 ☎37-3028

●指揮官の決断 満州とアツソの将軍樋口季一郎 早坂 隆著(文藝春秋)

南あわじ市阿万出身の陸軍中将樋口季一郎。筆者は関係者に幅広く取材し、取材地は樋口の生まれ故郷南あわじ市や遠くイスラエルにまで及んでいる。樋口季一郎の一生を丹念に追った力作。

●世界の島大研究 地球の多様性がよくわかる 長嶋 俊介監修(PHP研究所)

南淡図書館 ☎53-0234

●空が青いから白をえらんだのです 寮 美千子編(長崎出版)

金色は空にちりばめられた星、金色は夜、つばさをひろげばたくツル(「金色」より)奈良少年刑務所の更正教育である「社会性涵養プログラム」から生まれた作品を中心に、解説を加えて編んだ詩集。

●ほくのおふる 鈴木 のりたけ作・絵(PHP研究所)

緑公民館図書室 ☎44-3008

●ほくが一番望むこと マリー・ブラッドビー文(新日本出版社)

ほくは、朝暗いうちから仕事にでかける。朝食ぬきでお腹がなっている。でも、僕の望みは朝食ではない。ほくは、本が読めるようになりたい。黒人教育家ブッカー・T・ワシントンの幼少期を描いた絵本。

●咳事典 清益 功浩著(医業経済社)

三原図書館 ☎43-5037

～本と心のふれあいの場～

みんなの図書館

☆開館時間/9:30～19:00
ただし、日曜日・祝日は、17:00まで
(緑・西淡公民館図書室は土曜日も17:00まで)
☆休館日/月曜日・祝日の翌日・月末整理日(平日)

●9月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

※○はおやすみです

足腰ピンシャ教室同好会

ストレッチなどで身体を動かしたい、概ね65歳以上の人が参加できます。途中からの参加も歓迎します!

■場所 ①西淡公民館 ②南淡福祉保健センター

■日程 9月10日(金)から毎月第2・4金曜日 来年1月まで全10回

■時間 ①西淡公民館=10:00～
②南淡福祉保健センター=14:00～

■参加費 2,000円程度 ※飲み物、タオル持参

■申込方法 9月10日(金)に希望会場へお越しください

■地域包括支援センター ☎44-3006



南あわじ市文化体育館

初回トレーニング講習会 受講者募集

トレーニングルームを利用する場合、初回のみ講習会を受講していただきます。

●対象者 16歳以上

●受講料 500円(市内)
※次回利用より200円(市内)

●定員 6人(予約制)

●講習時間 約1時間30分

月日	曜日	第1講習時間	第2講習時間
9月15日	水	16:00～19:00	～
9月25日	土	10:00～13:00	～

●子ども連れの受講はできません。

●お申し込みは、9月1日(水)当館事務所 ☎50-5077で受付します。

●市内スポーツセンターの利用できない日(休館日)
9月6日・13日・21日・27日

フィールバランス 教室受講生募集

下半身・背部を集中して鍛え、体の歪みを改善する美容系プログラム。マットの上で行う簡単エクササイズ。わずかなトレーニングで効果絶大です。

●対象者 16歳以上

●受講料 4,000円(全8回)

●定員 先着50人

●開始時間 19:30～

回数	月日	曜日
第1回	10月13日	水
第2回	10月19日	火
第3回	10月26日	火
第4回	11月2日	火
第5回	11月16日	火
第6回	11月23日	火
第7回	11月30日	火
第8回	12月7日	火

●講演「淡路のまほろば・三原の風土資産を訪ねる」
▽日時 9月12日(日) 午後1時30分～3時30分

▽場所 パルテイ

▽兵庫県立人と自然の博物館 ☎079・559・2003

●講演「食へものが教えてくれる」
▽講師 白井操氏(料理研究家 ※無料)

▽日時 9月14日(火) 午後1時～2時30分

▽場所 緑公民館

▽定員 200人

▽申込締切 9月9日(木) ☎24・2001 ☎25・2521

●講演「淡路のまほろば・三原の風土資産を訪ねる」
▽講師 武田信一氏(淡路地史研究会 ※無料)

▽日時 9月25日(土) 午後1時30分～5時

▽場所 市役所中央庁舎

▽定員 50人

▽申込締切 9月16日(木)

◆申込方法 氏名と住所、電話番号を記入し郵送またはFAX、もしくは電話でお申し込みください

■地域包括支援センター ☎44-3006

9月の健康カレンダー

● 愛育班活動

内容	日曜日	時間	場所
愛育班活動	24 金	9:30 ~ 11:00	沼島総合センター

● A型リハビリ教室

内容	日曜日	時間	場所
機能訓練を必要とする人を対象(要予約)	24 金	10:00~12:00	緑保健福祉センター

● 健康相談

内容	日曜日	時間	場所
生活習慣病相談、栄養相談、血圧測定、体脂肪測定など	6 月 13 月 22 水 27 月	9:00 ~ 10:30	三原保健センター 緑保健福祉センター 西淡保健センター 南淡福祉保健センター

● 乳幼児健康カレンダー

内容	日曜日	受付時間	場所
強い歯・幼児フッ素塗布 (19年6月・19年12月生)	3 金	13:00 ~ 13:15	
2歳児歯科健診 (20年6月生)	17 金	13:00 ~ 13:15	緑保健福祉センター
母親学級	16 木	13:15 ~ 13:30	
遊びの教室	9 木	9:30 ~ (予約制)	
発達支援相談	9 木	13:30 ~ (予約制)	
育児相談 (21年7月生)	1 水	13:00 ~	西淡保健センター
(22年2月生)	8 水		南淡福祉保健センター
	15 水		緑保健福祉センター
	22 水		三原保健センター
3歳児健康診査 (19年8月生)	21 火	12:30 ~ 12:45	
1歳6か月児健康診査 (21年2月生)	7 火	12:30 ~ 12:45	
10か月児健康診査 (21年11月生)	14 火	12:30 ~ 12:45	緑保健福祉センター
4か月児健康診査 (22年5月生)	28 火	12:30 ~ 12:45	
食育講座赤ちゃん栄養サロン (22年4月生)	30 木	9:45 ~ 10:00	
スマイルママセミナー	2 木 16 木	13:30 ~ (予約制)	緑市民センター

● 運動教室

内容	日曜日	時間	場所
エアロビクス・ストレッチ体操 (要予約)	24 金	13:30 ~ 15:00	緑保健福祉センター

● いずみ会リーダー養成講座

内容	日曜日	時間	場所
食生活改善推進リーダー養成 (要予約)	15 水	10:00 ~ 12:30	三原公民館

※各教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎44-3004)まで

時間外診療病院

曜日	病院名	曜日	病院名
月	平成病院	木	翠鳳第一病院
火	平成病院	金	中林病院
	八木病院	土	翠鳳第一病院
水	中林病院	平日	18:00 ~ 23:00
	南淡路病院	土曜	13:00 ~ 23:00

休日応急診療所 (広域消防南淡分署 ☎53-1536)

診察日	9:00 ~ 16:30	19:00 ~ 22:30
9月 5日(日)	橋田友孝 医師 柴田亮平 医師	
9月 12日(日)	前田昌己 医師 斉藤雅文 医師	
9月 19日(日)	真野博文 医師 日笠久美 医師	
9月 20日(月)	宮崎美枝 医師 鈴木俊史 医師	
9月 23日(木)	村野謙一 医師 平山 毅 医師	
9月 26日(日)	浦瀬 巖 医師 西口 弘 医師	

休日小児救急診療 (県立淡路病院)

診察日	担当医師	備考
9月 5日(日)	植村幹二郎 医師	
9月 12日(日)	大橋 明 医師	受診前に電話をおかけください。 ☎23-2700 担当医は都合により変更になることもあります。
9月 19日(日)	富本康仁 医師	
9月 20日(月)	奥村 司 医師	
9月 23日(木)	大橋 明 医師	
9月 26日(日)	宮居 健 医師	

● 献血

日曜日	受付時間	場所
2 木	10:00 ~ 12:00	J Aあわじ農協阿万支所



運動教室参加者募集

エアロビクスやダンベル、チューブを使った体操を行います。

■日時 10月~来年3月の月1回(第4木曜日) 午後1時30分~3時

■場所 南淡福祉保健センター

■対象者 64歳以下で運動に興味のある人、または体重や体脂肪が気になる人※治療中の人は対象外

■定員 30人(定員超過の時、新規の人を優先)

■申込締切 9月10日(金)

■申込先 健康課 ☎44-3004

正しい手の洗い方

食中毒予防やインフルエンザ等の感染症予防には手洗いが大切です。帰宅時や調理前、食事前、トイレの後などはよく手を洗いましょう。

- ①石けんを十分に泡立てて初めに手のひら合わせてこすり、その後手の甲を洗います。
- ②③指先や爪の内側、指の間や根元、手首を洗います。
- ④流水でしっかりすすいで手洗いの完了です。感染症予防にはしっかりと手洗いをしてください。

● 阿波踊り体操 (いずみ会主催)

内容	日曜日	時間	場所
阿波踊り体操	1 水	10:00 ~	緑保健福祉センター



メタボの予防・改善 健康診断を活用しましょう

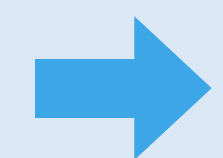
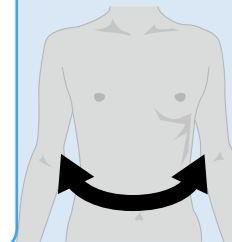
昨年度の町ぐるみ健診では、男性の2.8人に1人、女性では8.9人に1人がメタボリックシンドローム(メタボ)またはその予備群と判定されました。メタボは腹部の内臓の周囲に脂肪が蓄積した肥満のことで、さまざまな病気が引き起こされやすくなっています。

メタボの診断基準

おなかまわり
男性 85cm以上 女性 90cm以上

おなかまわりの測り方

■へその上を測ります
測定するときは立った姿勢で息を吐いてへその高さに巻尺を水平に巻いて測定しましょう



おなかまわりが基準以上で、右の項目2つ以上が当てはまる人はメタボということで診断されます

- 高血圧**
最高血圧値 130mmHg 以上
または最低血圧値 85mmHg 以上
- 高血糖**
空腹時の血糖値 110mg/dl 以上
- 脂質異常**
中性脂肪値 150mg/dl 以上または
HDLコレステロール値 40mg/dl 未満

メタボに対する健康診断の活用方法

メタボとは、内臓脂肪型肥満に加え高血圧や高血糖、脂質異常などの症状が2つ以上重なった状態です。早期発見のため健診は1年に1回受けていただき健診結果をご確認ください。

メタボの脅威

メタボは動脈硬化を急速に進行させ、心臓病や脳卒中など命にかかわる病気を引き起こします。メタボを含む生活習慣病は、気付かないうちに体を蝕んでいきます。

健康診断と健康相談

検査値に異常はありませんか?メタボは、血圧や血糖、脂質などの項目をご確認ください。一つ一つが軽度でも複数重なっている場合は注意が必要です。また、基準値の範囲内であっても、年々少しずつ悪化している場合もあります。自覚症状がない

と、つい放置してしまいがちですが、食事や運動などの自分の生活習慣を振り返り、できることから改善していきましょう。

市では、毎月4つの保健センターで健康相談を実施しています。「健診の結果きたけど、見方がわからない」「どんな食事や運動したらええのかな」などの疑問に、保健師や栄養士がお答えします。健康相談の日程は19頁を参照ください。

9月の町ぐるみ健診

町ぐるみ健診は、南淡福祉保健センターで実施する9月6日(月)が最終日です。申し込みを忘れていませんか?健診はあなたの健康のバロメーター。年1回は健診を受けて健康な毎日を送みましょう。申し込みは健康課(☎44-3004)まで。

9月の町ぐるみ健診の日程

9月 3日(金)/4日(土)/6日(月) ☐は子宮がん検診のある日
会場=南淡福祉保健センター

- 阿那賀診療所 ☎39-0668 (月・水・木曜日) 9:00~12:00 14:00~17:00 (火・金曜日) 9:00~12:00 16:00~17:00
- 伊加利診療所 ☎39-0886 (火・金曜日) 14:00~15:30
- 灘診療所 ☎56-0655 (月・金曜日) 9:00~12:00 14:00~17:15 (火・木曜日) 9:00~12:00 午後=往診・検査
- 沼島診療所 ☎57-0030 (月~金曜日) 9:00~12:00 14:00~17:15

●自由あそびのコーナー (平日9:00~16:00)

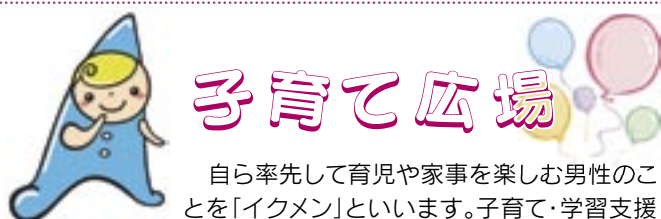
場所	内容
働く婦人の家	常設の遊びのコーナー(ふれあいプレイルーム) 自由な時間に親子で遊ぶことができます。

●催し (②ママ広場、①と③~④は親子広場)

行事名	日時	内容
①メモリアルペアー	9月27日 10:00~	働く婦人の家、300円、定員15人、針・白糸・はさみ・化繊綿持参
②牛乳パック	9月27日 10:00~	働く婦人の家、100円、定員20人、布ガムテープ・布持参
③エコバックにスタンプ	9月27日 16:30~	働く婦人の家、200円、定員15人
④親子遠足(グ Ricopia神戸)	10月5日 8:30~	三原健康広場へ集合、定員50人、詳細はお問い合わせください



▲浴衣を身にまといおもちゃの金魚すくいに夢中になっています ▲夏まつりでサイコロゲームで遊びます



自ら率先して育児や家事を楽しむ男性のことを「イクメン」といいます。子育て・学習支援センターの行事にもお父さんの参加が増えてきました。お父さんも、ぜひ育児に参加してください。

●出前ひろば (公園感覚の自由あそびの広場、申込不要)

ひろば名	9月の開設日	場所	時間
みどり	1,3,10,15,17,22,24,29	緑保福祉センター	
せいだん	2,7,9,14,16,21,28,30	西淡保健センター	10:00
みはら	1,3,8,10,15,17,22,24,29	働く婦人の家	~
なんだん	2,7,9,14,16,21,28,30	南淡公民館	11:30
かしゅう	27	南淡福祉保健センター	

●年齢別ふれあいひろば

ひろば名	対象	開催日	時間	場所	持参
ひよこ	0歳児	23日	10:30~	働く婦人の家	100円、スリング持参
りす	1歳児	23日	10:30~	スリング持参	
うさぎ	2歳児	30日	10:30~	働く婦人の家	300円、
そう	3歳児	30日	10:30~	お手ふき・お茶持参	

●お問い合わせ

子育て学習・支援センター ☎42-7703
9:00~16:00

広報クイズ

「売り出そう!南あわじ農業シンポジウム」の試食会で登場した冷やし麺。麺の主原料は国産の〇粉を100%使用して開発されたシコシコ麺です。さて、何の粉を使っている



でしょうか?
①米
②玉葱
③そば
以上の中から番号でお答えください。(ヒントは6頁)

正解者の中から抽選で5人の方に、図書カード1,000円分をプレゼント!(当選は発送をもって発表にかえさせていただきます)

■応募方法 (全回答必須)

①クイズの答え、②住所、③氏名、④年齢、⑤広報または南あわじ市に対するご意見・ご感想をお書きの上、情報課までご応募ください。

■応募〆切 9月10日(金) ※消印有効

〒656-0472 南あわじ市市善光寺 18-27

南あわじ市役所情報課広報クイズ係 宛

(メールの場合、件名に「広報クイズ」と記載)

kouhou@city.minamiawaji.hyogo.jp



▲QRコード
バーコードリーダーで読み取りお申込みできます

やまの学園

~放課後子ども教室~

放課後子ども教室として3年前から行ってきた「やまの学園」を7月26日から13日間、伊加利地区公民館で開校しました。今年参加者は35人。やまの学園実行委員や伊加利地区のボランティアがスタッフの中心となり、参加者は竹細工や里山探訪、お局塚遠足などのプログラムを体験しました。

参加者は伊加利地区の自然の中での生活を経験することで、多くの人たちとの交流を通して、社会へ大きくはばたくための自立心の育成や思いやり、協調性を育みました。

園生涯学習文化振興課 ☎37-3020



▲里山基地で大自然を満喫



▲お局塚では歴史を学びました ▲竹鉄砲を製作しました

まちの動き

- 人口 51,842人(前月比-52人)
(男) 25,008人(前月比-31人)
(女) 26,834人(前月比-21人)
- 世帯数 18,541世帯(前月比+1世帯)
※平成22年8月1日現在

結婚 いつまでもお幸せに

夫氏名(地区)	妻氏名(地区)	届出日
田中 佑樹(大阪府)	齋藤奈津希(津 井)	7月19日
久留島暢之(福岡県)	飛田真由美(福 良)	7月20日
庄田 雄次(潮美台)	森 美由紀(福 良)	7月20日
中川 彰人(洲本市)	奥畑ゆかり(福 良)	7月20日
岩井 信二(市)	佐藤百合恵(淡路市)	7月23日
赤松 慎二(松 帆)	片山真喜子(淡路市)	7月27日
西岡 逸人(志 知)	萩 泰葉(淡路市)	7月29日
前田 圭(福 良)	野口阿津沙(神 代)	7月29日
柏木 佑介(松 帆)	中塚明日香(明石市)	7月30日
西 浩史(賀 集)	高田 早苗(市)	8月5日
菜島 朗(神戸市)	平 夕紀(神戸市)	8月13日

死亡 お悔やみ申し上げます

氏名	年齢	地区	死亡日
川添洋志和	73	市	7月16日
北崎 重信	70	阿 万	7月17日
原 繁雄	76	津 井	7月18日
真野 隆雄	95	八 木	7月18日
濱田 芳枝	95	松 帆	7月20日
大江 静洪	94	志 知	7月21日
古川みゆき	80	榎 列	7月21日
片山 郁夫	82	倭 文	7月22日
櫻井 洋司	77	松 帆	7月23日
馬野 庄次	68	伊加利	7月25日
扇 孫太郎	86	沼 島	7月26日
村中 早苗	50	八 木	7月26日
高川 利一	81	賀 集	7月27日
堀 安夫	85	阿那賀	7月27日
倉本 賢介	84	阿 万	7月30日
野口ゆき子	94	榎 列	7月31日
堀 しずゑ	90	阿那賀	7月31日
白川かをる	84	八 木	8月1日



氏名	年齢	地区	死亡日
榊井 悦子	93	福 良	8月1日
水越 政雄	80	倭 文	8月1日
山下十四郎	94	津 井	8月1日
山口あき子	96	阿 万	8月2日
西田 芳雄	96	津 井	8月3日
天羽 康男	66	市	8月4日
正井ひふみ	83	阿 万	8月4日
奥野 初美	82	倭 文	8月5日

出生 はじめまして、すこやかに

赤ちゃん	性別	保護者	地区	出生日
井手 煌己	男	一 磨	大阪府	7月6日
村上 煌季	男	聡	加古川市	7月9日
齋藤 晃輝	男	壽 師	滋賀県	7月11日
米谷 莉那	女	仁 戯	賀 集	7月12日
福井 莉子	女	隆 志	八 木	7月12日
三原心 琉香	女	知 宙	津 井	7月12日
森田 海斗	男	耕 右	賀 集	7月13日
阿部 晴空	男	優	潮美台	7月14日
高見 優空	男	恵 文	榎 列	7月14日
森本 蒼空	男	幸 夫	香川県	7月14日
沖 愛結	女	皇 明	湊	7月16日
片山 蒼大	男	恭 啓	賀 集	7月16日
齋藤 菜月	女	元 喜	大阪府	7月20日
濱口 大虎	男	侑 祐	市	7月20日
佐古 汰蔭	男	繁 喜	阿那賀	7月21日
堀井 大和	男	直 樹	八 木	7月21日
柏木 愛那	女	泰 人	榎 列	7月22日
堀越 蔵馬	男	勇 作	福 良	7月22日
河崎 未来	女	輝 文	神 代	7月24日
濱田 稜貴	男	仁 志	八 木	7月24日
石橋 七海	女	功 志	倭 文	7月25日
小丸 智也	男	一 哉	市	7月26日
濱口 凜々	女	陽 一	松 帆	7月26日
阿部 らん	女	秀 之	福 良	7月30日
浦瀬 加瑛愛	女	剛	八 木	7月30日
山滝 瑠夏	女	龍 雲	広 田	7月30日
志智 拓玖磨	男	誠	松 帆	8月2日
喜田 夢菜	女	祐 司	市	8月3日
瀬田 佳乃	女	大 輔	灘	8月3日
笹田 蒼大	男	隆 広	倭 文	8月4日
谷田 龍樹	男	竜 也	福 良	8月4日
船越 はづき	女	貴 裕	市	8月4日
中川 歳史郎	男	純	松 帆	8月6日

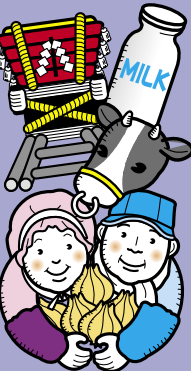
氏名	年齢	地区	死亡日
壽圓 治夫	92	倭 文	8月5日
榎本 秀一	82	神 代	8月6日
長尾みや子	88	沼 島	8月6日
濱田こふさ	94	松 帆	8月7日
北内 勉	93	市	8月8日
阪本はまの	90	広 田	8月10日
細川 照代	60	湊	8月10日
山口 良子	74	八 木	8月10日

平成22年8月15日までの受付分(敬称略)
※この欄への掲載を希望する人は、届け出のときに窓口へお申し出ください



※8月号の正解は「21」です。15通の応募がありました。

地域の催しや明るい話題などが
「さあ」なら、気軽に広報係
までご連絡ください。
☎43・5003(情報課)



おめでとう

全国大会出場

◆全国中学校体育大会
8月19日から開催された全国中学校軟式野球大会(岡山県)に出場しました。



▲近畿中学校総合体育大会で準優勝し、全国にコマを進めた広田中学校野球部

◆日本高等学校選手権水泳競技大会
中尾 玲華さん(須磨学園高)

◆JOCジュニアオリンピックカップ
夏季水泳競技大会
中川 さつきさん(洲本高)

長岡 正大さん(三原中)

アジア国際子ども映画祭受賞者

◆杉良太郎特別賞
放課後子ども湊教室

◆B&G財団会長賞
中田 瑠奈さん(榎列小)

◆優秀賞
天野 杏音さん(榎列小)

近藤 羽香菜さん(広田小)

栄井 芳樹さん(松帆小)

吉川 美波さん(灘小)

ソン ジャオさん(湊小)

助島 ひかるさん(松帆小)

大濱 遼太郎さん(御原中)

登 新さん(三原中)

◆努力賞
豊田 百々奈さん(市小)

久田 直樹さん(松帆小)

牧瀬 彩翔さん(辰美小)

村上 由依さん(榎列小)

村上 弘樹さん(榎列小)

◆奨励賞
榎勢 大樹さん(阿万小)

梶田 朋花さん(福良小)

三宅 奏一郎さん(榎列小)

内田 晃雅さん(松帆小)

桐原 麻奈さん(淡路三原高)

◆【ポスター部門】
杉良太郎特別賞
ソン ジャオさん(湊小)

◆南あわじ市長賞
齋藤 友果さん(湊小)

◆南あわじ市教育長賞
有賀 大希さん(湊小)

◆同実行委員会委員長賞
出嶋 栞恋夢さん(湊小)

夏休みの思い出。ボートに初挑戦

夏休みボート体験教室



▲選手からボートの漕ぎ方や前に進むコツを教わりボートに挑戦します

松帆小学校で8月9日、三洋電機(株)洲本ボート部の人たちが訪れ、夏休みボート体験教室が開催されました。同ボート部は全日本社会人選手権女子ダブルスカルで8連覇を達成している強豪チームです。創部20周年を迎え、子どもたちにボートに親しんでもらおうと体験教室を企画。松帆地区の農業用水路で8年前から練習をしていたこ



▲今回はシングルスカルという一人乗り用ボートを利用しました

ともあり、地元の子どもたちと呼びかけました。この教室に参加したのは同小学校6年生の子どもたち31人。参加した前川優真(ゆうま)さん(松帆)は、「全身を使っ漕ぎ方が難しかった。でも漕ぎ方のコツを教えてもらい、前へ進めるようになって楽しかった」と話していました。

水仙を市内一帯に広げるために

球根の掘り出し作業



▲球根の掘り出し作業

花づくり協会のメンバーらが7月28日に、阿万バイパスの歩道両脇にある花壇から水仙の球根を掘り出しました。この日作業にあつたのは20人。作業は、市制5周年記念事業の一環で、市の花「日本水仙」を市内に広げるために行われました。

花壇の水仙は、10年前に地元住民の手によって道路両端に200mずつ植えられていました。その後、球根が増え密集状態になり、成長しにくくなつたため今回の作業に至りました。掘り出された球根は2万個。4000個は元の花壇に戻され、



▲掘り出した球根も来年2月には花を咲かすと話す谷口会長

1万6000個が、市内の小中学校などの公共施設に配布され、10月に植えられます。同協会の谷口保会長(広田)は、「市内全域に水仙が広がることを目指している」と話していました。

境内に灯された、揺りめく光

淡路国分寺で献灯会



▲境内に灯された幻想的なろうそくの光。檀家の代表の方も協力し、準備が進められました

淡路国分寺(八木)で8月1日、ろうそくの光を夕闇に灯す「献灯会」を初めて開催しました。淡路国分寺では、国指定の重要文化財「木造釈迦如来坐像」を所蔵。献灯会には、同像に灯りを献上し、無病息災や家が

内安全などを願うという意味が込められています。半透明のカップに入れられたろうそくの数は400本。境内では、夕刻から火が灯され、ろうそくの揺らめく光に参拝者は酔いしれました。



▲本尊と国分寺を多くの檀家の人にとってもらいたいと話す久保孝学住職

献灯会を企画した久保孝学住職は、「夜は辺りが真っ暗になるので、ろうそくの光が際立ちました。夏夜の静かな雰囲気を楽しんでもらえたと思います。来以降も続けていきたいですね。国分寺の広い境内を使って、数も徐々に増やしたいと考えています。献灯会のやりわらかい光の中で人形浄瑠璃を見るのができればなという夢もあります」と話しました。

竹の上をツルリ。流しそうめんつかめたよ

納涼流しそうめん



▲流し台を流れる素麺

暑い夏に涼を楽しんでもらおうと8月8日、イングラの丘で納涼流しそうめんが行われました。流しそうめんに使ったのは、福良産の淡路手延べ素麺200束。長さ3mに切った園内で採れた竹を7本繋げ、約



▲流れる素麺はツルッと滑って取りづらい。箸で掴めると笑顔がはじけます

20mの流し台に流しました。島外からの参加者は、「竹でしているところが珍しい。子どもが『流しそうめん』をやりたい

いと言出し、インターネットで探し回って、ようやく見つけました。普段小食なのに、楽しかったのか、たくさん食べていましたよ。貴重で新鮮な体験ができました」と笑顔で話していました。

瓦師による写真展



▲8月20日から1か月程度展示するという道上さんは、故郷の星景の価値を知ってもらえればと話します

星のキセキと淡路島の風景を写真に

瓦師の道上大輔さん(津井)が写真展「島空-shimasora- 輝く星々のキセキ」を企画し、そらみどう(市福永)で開催しています。展示するのは、星と淡路島の風景を取り入れた写真63点。これまで撮りためた写真は、個人ブログ(<http://nihoniro.exblog.jp/>)でも情報発信し、今回はその一部を展示しています。

道上さんは、「忙しい日常の中でふと空を見上げると、そこに昔変わらぬ淡路島の風景がありました。普段は見過ごしている郷土の価値を写真を通して、再認識してもらいたいという想いがあります」と話しています。

※雑貨販売店「そらみどう」=10:30~19:00、月曜日定休☎42-0932

戦没学徒を追悼

若人の広場で献花式

広報南あわじ

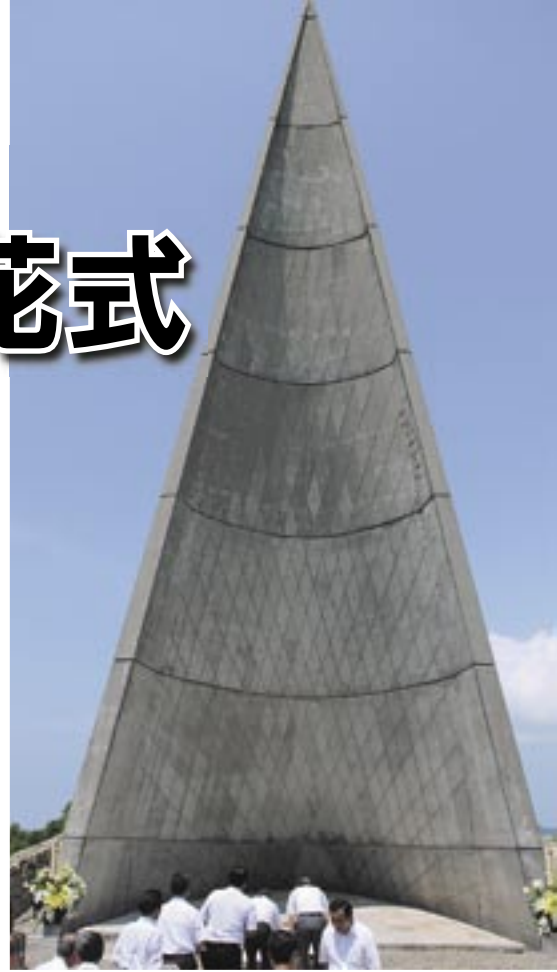
2010.9.1 No.68

編集発行：南あわじ市総務部情報課

〒656-0472 兵庫県南あわじ市善光寺18番地27

TEL(0799)43-5003

FAX(0799)43-5103



▲危険な場所があることから、門を設置

戦没学徒記念若人の広場で8月15日、市主催で追悼献花式を行いました。同施設は1967年に建設され、今年6月に「(助)動員学徒援護会」「(助)戦没学徒記念若人の広場」から市が施設を引き受けました。

献花式は今回が5回目。中田勝久市長をはじめ市議会議員や衆議院議員、県議会議員、淡路県民局、同両財団、地元NPOなど関係者45人が参列しました。式典では、メモリアルタワーの前で正午に黙とうの後、一人ひとりに白菊を献花し、戦没学徒を追悼しました。中田市長は「尊い命をささげた戦没学徒のことを風化させることのない施設にしていきたい」と話し、戦争で命を落とした学徒の冥福を祈り恒久平和を祈念しました。

なお、若人の広場の整備は今後、各方面の人たちの意見を伺いながら国・県の支援をお願いしつつ、公園化を視野に入れた適切な利活用の検討を行う予定です。

現在この施設は老朽化が激しく危険な状態であることから、当面は立ち入りを禁止しています。戦没学徒への追悼や平和記念などのため、特別に入場を希望する人は、事前に許可等の手続きが必要ですので、市長公室までお問い合わせください。☎市長公室 ☎43-5002

榎

列掃守 (えなみかもり)

「カモモリ」が?

『続三原郡史』

地名の由来

その15

郡史の拾い読み 知っておきたい...



掃守という地名は、古代の伴部である掃守部に由来するといわれる。掃守部は大和朝廷の内廷に仕えるものとして編成された伴の一つで、『新撰姓氏録』に、雄略天皇の御代に、掃除の事を監したので掃守連の姓を賜ったとある。「古語拾遺」に、「掃守連の遠祖 天忍人命 供へ奉り陪侍りて、箒を作り蟹を掃ふ。仍りて鋪設を掌り、遂に以て職と為す。なづけて蟹守と曰ふ。今俗に、之を掃守と謂ふは、彼詞の転れるなり」とある。しかし、「カモモリ」が「カモリ」に転訛したと考える方が自然である。この所伝は、古事記、日本書紀にはないが、掃守は、大和朝廷の宮殿の掃除と儀式の座席などの設営に奉仕した部民である。岡山寺の東に掃守明神という神社があり、掃守連の遠祖、天忍人命を祀っている。村名の由来は、大和朝廷の掃守連が居住していたことによるという。掃守明神から約1kmの地点

に、淡路第一の古社という説(兵庫神社五十二号 瀧川政次郎)もある大和(大和魂神社)があり、応神、仁徳、履中、反正、允恭天皇の淡路行幸の記述から考えて、掃守部の居住説が村名の由来となつたと思われる。「古語拾遺」は、掃守は蟹守の転訛としているが、「カモ」とは「蟹」である。「広辞苑」によると「カモシカの毛で撚って作った敷物」である。この敷物を司るのが掃守寮であつた。天皇の即位式と大嘗祭に天子の座席を設営する仕事を、掃守連の族長が掌つた。四世紀から五世紀にかけて大和朝廷が淡路をその勢力下においていたので、天皇のお供をして掃守部の人達も来て安住したという伝承からの地名であろう。(根岸謙之助「蟹守考」)

編集事務局

市長公室 ☎43・5002

第7編 各説 地名の改変
三原郡の大字と冠称の由来から抜粋
(訂正)広報8月号伊勢恩師→伊勢御師

URL: <http://www.city.minamiawaji.hyogo.jp/>

E-mail: kouhou@city.minamiawaji.hyogo.jp