



走る県民教室

第3期分の募集

▼内容 バス借上げ費用の一部を助成します。

▼対象団体 淡路島内の自治会、高齢者、女性、青年等の地域団体。(宗教、政治、営利活動を目的とする団体、地方公共団体や企業、学校は対象外)

▼利用条件 10月1日～12月31日の期間に、貸切バスで県の施設を2か所以上または県と市町の施設を各1か所以上見学すること。また、県内1日または1泊2日(島外宿泊)コースとする。2人以上の参加。

お誕生おめでとう

(6/10～7/9受付分) <敬称略>

谷池	光陽	将司・陽子	(津井)
曾根	大雅	英雄・博子	(南淡町)
中尾	葵結	正幸・佳奈	(松帆)
三宅	崇斗	規正・里美	(阿那賀)
三宅	悠斗	規正・里美	(阿那賀)
玉井	愛美	克典・小百合	(高槻市)
山口	晴子	博文・由美	(松帆)
三宅	宗良	努・美裕紀	(阿那賀)
西	颯紀	義則・なつみ	(松帆)
興津	侑太	賢吾・真美	(津井)
阿久津	こころ	久徳・百合	(茨城県)
山口	竜磨	忠昭・知佳	(志知)

ご結婚おめでとう

(6/10～7/9受付分) <敬称略>

♥	菅 進	阿那賀と
	原口みゆき	南淡町
♥	中尾 公一	阿那賀と
	瀧井 智子	香川県
♥	亀井 利栄	津井と
	川上麻衣子	南淡町
♥	進藤 裕之	湊と
	前田 敦子	長崎県

お悔やみ申しあげます

(6/10～7/9受付分) <敬称略>

山口	義高	46歳	(松帆)
柏木	清和	63歳	(阿那賀)
福永	ウノ	100歳	(松帆)
濱口	昌弘	76歳	(松帆)
山崎	さゝゑ	92歳	(阿那賀)
赤松	善夫	88歳	(松帆)
楠	好夫	90歳	(松帆)
畑野	豊	60歳	(湊)
三宅	茂	90歳	(阿那賀)
福原	義弘	42歳	(津井)
中原	健次	57歳	(阿那賀)
中川	とし子	79歳	(松帆)
杉谷	みど里	85歳	(松帆)
新居	きよみ	90歳	(湊)
仲川	倉平	83歳	(松帆)
清水	かをる	64歳	(伊加利)

人口の動き

〔7月1日現在、()内は前月比〕

- ・まちの人口 12,314人 (-6)
- ・男性 5,944人 (-3)
- ・女性 6,370人 (-3)
- ・世帯数 3,833世帯 (+6)

「ゆとりっく」からの

お知らせ

▼休館日 8月25日(水)
※8月4、11、18日の水曜日は営業いたします。

▼問い合わせ ゆとりっく

各施設お盆休み

のお知らせ

▼阿那賀診療所 伊加利診療所
8月13日(金)

▼湯の川荘
8月13日(金)～15日(日)

▼第一デイサービス
8月13日(金)～15日(日)

▼万松園
8月14日(土)～16日(月)

善意銀行だより

◇阿那賀の三宅健一さんより亡父の供養として金一封を

◇伊加利的武田修三さんより亡母の供養として金一封を、また一部を花づくりにネットワーク西淡へ指定払い出し

◇松帆の小野祐宣さんより金一封を

◇松帆の楠和廣さんより亡父の供養として金一封を

以上の方々から善意の預託がありました。

訂正とお詫び

6月号のお誕生欄で「仲野凜音ちゃん」の名前が「凜音」となっておりました。また、7月号のお悔やみ欄で「故藤川勝一氏」の名前が「啓一」となっておりました。訂正しお詫び申し上げます。

個人事業税

第1期分の納期限は8月31日(火)です

納税は便利、安全、確実な口座振替で

兵庫県淡路県民局(洲本県税事務所)

8月は「道路ふれあい月間」です

ポイ捨て・無断の貼り紙、はみ出し看板の設置など、使っている道路を何気なくよごしていませんか？道路はみんなのものであります。正しく安全に使用しましょう。

国土交通省・兵庫県県土整備部・西淡町

熱中症に注意しましょう！

熱中症とは、気温が高かったり、激しい運動などをして体内でたくさんの熱が発生することが原因でおこる生体の障害を、「熱中症」と総称されています。

これらは、体温上昇を伴わない「日射病」「熱痙攣」と、著明な体温上昇を伴う「熱疲労」「熱射病」に分類されます。特に「熱射病」は生命に危険を及ぼす恐れがありますので注意しましょう。

熱射病について

発症原因	症 状	応急処置
高温多湿な場所で作業や運動をしたときに熱放射が不十分になると発症する。地下作業、マラソンなど激しい運動、炎天下の車内に閉じ込められた小児などでの発症が多い。	発症当初は著しい発汗が見られ、次第に口が渇き、頭痛、嘔吐、全身の倦怠感を訴え、ついで発汗は停止し、皮膚は乾燥・紅潮して熱くなる。体温は40℃を超える。	高温多湿な場所から避難させ、衣類をできるだけ脱がせて体に水をふきかけ扇風機などで冷却を行う。また、氷などを太い血管がある場所（首、脇の下、太股の付け根）にあてて、血液を冷却する。

淡路広域消防西淡出張所・西淡町消防団

国民年金だより

過去に国民年金保険料の納め忘れがある方へ——
任意加入制度があります！

国民年金は、20歳から60歳までの40年間加入し、保険料を納付すると満額の年金（平成16年度は年額794,500円）を受給できますので、60歳までの間に保険料の納め忘れや免除を受けた期間がある方については年金額が減額されますが、60歳から65歳になるまで任意加入をして年金を増やすこともできます。

また、60歳になるまでの間に年金を受けるために必要な期間（保険料を納めた期間と保険料を免除された期間を合わせて原則として25年以上）を満たしていない方についても、任意加入することによって受給資格期間を満たすことができます。

☆例えば60歳の時点で納付期間が20年の場合でも……

60歳から5年間納めることによって25年以上の納付となり、受給資格期間を満たすこととなります。なお、昭和30年4月1日以前に生まれた方で65歳まで任意加入しても受給資格期間を満たせない場合は、70歳を限度に受給資格期間を満たすまで加入することができます。（※平成17年4月からは、昭和40年4月1日以前に生まれた方が対象となります。）

※任意加入は申請した月からの加入となりますので、加入を希望する方は、60歳になりましたらすみやかに役場住民生活課で手続を行ってください。

滝川記念美術館「玉青館」コーナー

生誕一〇〇年記念 直原玉青 大作展

会期
八月一日(日)～
十月十七日(日)



今年八月一日に満一〇〇歳を迎える直原玉青画伯の記念特別展です。本展では、一階展示室の常設作品「禅の牧牛 うしかひ草」を五年ぶりに入替え、一九九〇年以降に日本南画院展に出品された二〇〇号（タテ約二五九センチ×ヨコ約一九四センチ）の掛軸を展示します。

鳴門海峡の勇壮な渦潮の夜景を描いた「海門更月」、瀬戸内の空を茜色に染めながら、静かに海に沈んでいく夕日を描いた「尾道水道夕照」などの国内の風景を描いた作品や、中国、ノルウェー、スリランカなど毎年恒例としていた、お弟子さんたちとのスケッチ旅行で訪れた外国の風景画を紹介いたします。

二階展示室では、直原画伯自らが主宰を務めている画塾「青玲社」や、現代南画協会展で発表した六曲屏

風（タテ約一八〇センチ×ヨコ約三九五センチ）の大作を一堂に会するとともに、画家を指した頃から今日まで蓄積されてきた画家の生命線ともいえるスケッチブックも特別に展示いたします。玉青画伯のおよそ八十年に及ぶ画業の中でも、今回展示する大作のほとんどは、展覧会出品のために制作された逸品で、これらの画中にこそ画家の技量、信念、独自の世界観など直原芸術の粋が見てとれると思えます。迫力満点の大作に出会える千載一遇のチャンスです。ぜひお越しください。問い合わせ 玉青館（☎36・2314）



三原郡休日診療所の当直医

電話番号 / 53-1536

受付時間 / 昼間 9:00~11:30 / 13:00~16:30

夜間 19:00~22:30

診療日	昼	間	夜	間
1日	大森 弘之 医師		渡辺 優 医師	
8日	橋田 友孝 医師		穀内 勇夫 医師	
14日	友清龍一郎 医師		宮崎 美枝 医師	
15日	富本 喜文 医師		村野 謙一 医師	
16日	日笠 久美 医師		赤池賢次郎 医師	
22日	佐藤 正 医師		後藤 幸 医師	
29日	福田 郁夫 医師		斉藤 雅文 医師	

時間外診療病院の案内

(平日18:00~23:00・土曜日13:00~23:00)

曜日	病 院 名	電話番号
月	平成 病院	42-5335
火	八木 病院 平成 病院	42-6188 42-5335
水	中林 病院 南淡路 病院	42-6200 53-1553
木	翠鳳 第一 病院	45-0099
金	中林 病院	42-6200
土	翠鳳 第一 病院	45-0099

8月の健康カレンダー

問い合わせ：保健センター ☎36-3311 内線312

事業名	実施日 場 所	備 考
健康相談	4日(水) 13:30~15:00 湯の川荘	血圧測定等 健康手帳持参
	5日(木) 10:00~11:30 万松園	
	9日(月) 15:00~16:00 ゆとりっく	
乳幼児相談	9日(月) 9:30~11:00 保健センター	母子手帳持参
4か月児健診	3日(火) 13:15~13:30 保健センター	H16年3月~ H16年4月生対象
3歳児健診	20日(金) 13:15~13:30 保健センター	H13年5月~ H13年7月生対象
モグモグ栄養教室 (離乳食教室)	2日(月) 10:00~12:00 保健センター	H15年7月生、H15年12月 生対象。母子手帳持参
	23日(月) 10:00~12:00 保健センター	H15年8月生、H16年1月 生対象。母子手帳持参
母親学級(沐浴実習)	18日(水) 10:00~12:00 保健センター	母子手帳持参 ご家族の方も参加可
リハビリ教室	5日(木) 13:30~16:00 保健センター	機能訓練・体操等を実施 40歳以上対象。健康手帳持参
足腰お達人教室	25日(水) 13:30~15:00 湯の川荘	一般住民対象。体操・講話など 健康手帳、タオル持参
真向法腰痛予防教室	25日(水) 20:00~21:30 保健センター	一般住民対象 タオル持参
個別健康相談	2日(月) 13:30~15:00 保健センター	食生活や生活習慣改善のための個 人に適したプランを作成します。
ヘルシースリム教室 (運動習慣改善教室)	19日(木) 13:30~15:00 松帆活性化センター	一般住民対象 水、健康手帳、運動靴、タオル持参
骨粗鬆症予防教室	31日(火) 13:30~15:00 保健センター	一般住民対象 検診結果、エプロン、三角巾持参
いずみ会研修会	4日(水) 13:30~16:00 保健センター	いずみ会員、一般住民対象

献血のお知らせ

~8月は夏期献血推進強調月間です~

8月21日(土)

10:30~12:30

丸山漁協前

14:00~15:30

阿那賀コミュニティプラザ

ご協力よろしく申し上げます。

みなさんは毎年町ぐるみ健診を受けていますか？初期の生活習慣病は自覚症状がほとんどなく、健診を受けて初めて気づくことがあります。健診を受けることで病気の早期発見、早期治療が可能となります。

また、健診の結果、異常がみられても放置する人、異常なしといわれて無謀な生活を続ける人がいます。それでは健診を受けた意味がありません。健診は自分

保健師 だより

健診結果を 活かそう

の健康状態をよく知り、結果を日常の生活に活かしていくことが大切です。

要精検といわれたら

「要精検」というのは、「疑わしい点があるので、もう少し詳しく調べてみましょう」ということです。病気と診断されたわけではありません。精密検査を受けてはつきりさせることが大事です。何か異常があった場合は日常生活の中で注意し経過をみればよい、病気が見つかった場合は早期治療をすればよいのです。

生活改善のヒント

肥満、高血圧、血糖値が高い、貧血、肝機能に異常があるなどと判定された場合、毎日の生活で何を改善すればよいかが見えてきます。結果をヒントに、運動をする、食習慣を改める、禁酒、禁煙をするなど生活習慣を改め、いつも健康体でいられるように努めましょう。

そうだん

心配ごと相談（万松園）

毎週月曜日 午後1時30分～3時

相談日	相談委員
2日	豊田 壽一 斎藤さみゑ 岡本 光巳
9日	垣 節子 細川 卓夫 飯田 弘子
23日	服部 榮子 富山 秀子 土井 久司 中島 光雄（身体障害者相談員）
30日	田浦 好美 米田 佳実 中嶋 長史

淡路高齢者総合相談（兵庫県）

予約制（☎0120-36-7830）

	日	時	場 所
年金 保険	20日(金)	午前9時30分～午後4時30分	県洲本総合庁舎
法律	13日(金)	午後1時～午後3時	県洲本総合庁舎
	27日(金)	午後1時～午後3時	県洲本総合庁舎

交通事故相談所（兵庫県）

予約制 津名町役場(☎0799-62-0001)
県洲本総合庁舎(☎0120-36-7830)

日	時	場 所
12日(木)	午前10時30分～午後4時	津名町役場
19日(木)	午前10時30分～午後4時	県洲本総合庁舎

パソコンで対話する法律相談

予約制（☎0120-36-7830）

日	時	場 所
5. 12. 19. 26日 毎週木曜日 各日とも午後1時～午後3時		県洲本総合庁舎

司法書士による無料法律・登記・ 多重債務者相談

日	時	場 所
法律・登記	17日(木) 午前10時～正午 予約制（☎0799-62-5829）	県洲本総合庁舎
多重債務者	23日(木) 午前10時～正午 問い合わせ（☎22-9584）	県洲本総合庁舎

弁護士による 西淡町無料法律相談

9月11日(土)

午前10時～正午

希望される方は8月31日(火)までに
役場住民生活課(☎36-3311・内線235)まで
お申し込みください。

かがやくまちの1等星☆



ごとう みゆ
後藤未夢ちゃん
(松帆)

平成14年8月5日生まれ
後藤和也さん・美香さんの
長女

両親からのコメント

『未夢はパパとママの大切な
宝物。元気にすくすく
育ってね。』

毎月、子育て学習センターに来ている子どもたちを紹介します。詳しく
は西淡町教育委員会事務局子育て学習センターまで（☎36-3311内線301）

身体障害者移動相談のお知らせ

肢体障害（身体障害者手帳の交付を受けている方）で、
補装具の交付を希望される方等を対象に更正相談所の移動
相談を行います。この機会にぜひお越しください。対象に
ならない方もいますので、事前にお問い合わせください。

- ◆日 時 8月20日(金) 午前9時30分～正午
- ◆場 所 洲本市健康福祉館
- ◆申し込み 役場健康福祉課（☎36-3311内線253）

南あわじ650作戦展開中!

家族を守る鍵 カギ掛け・声掛け・心掛け

平成16年上半年期に三原郡で認知された犯罪件数は251件で、
昨年の413件に比べ39%減となりました。この減少率は、県
下でもトップクラスで、郡民一人ひとりが防犯意識を持ち
つづけた成果といえます。しかし、被害の64%が無施錠に
よるもので、まだまだ「カギかけ」の習慣が浸透していな
いことがうかがえます。「カギかけ習慣」を身につけて、
車上ねらいや空き巣等の防犯を心がけましょう。

犯罪項目	緑 町	西淡町	三原町	南淡町	合 計
侵入盗	4	2	8	6	20
車上ねらい	4	5	21	7	37
自販機ねらい	3	3	2	5	13
乗り物盗	2	5	20	18	45
器物損壊	5	10	12	13	40
その他(万引き等)	8	15	31	42	96
合 計	26	40	94	91	251

三原警察署・侵入犯罪抑止総合対策本部