

広報

南あわじ



 Minamiawaji City Public Relations Magazine

ずっと、好きなことを。

～ フレイルの予防と改善で、いつまでも元気な生活～



撮影場所：鳴門岬駐車場「うずまちテラス」

「フレイル外来」が始まりました

市ではこの度、市民のフレイル予防と改善を目的として、市内医療機関と連携した「フレイル外来事業」を始めました。

町ぐるみ健診などで行うフレイルチェックでフレイルの恐れがある後期高齢者等をフレイル外来につなぎ、医師の診察と6カ月のリハビリを行います。市はその費用の一部を助成します。

対象者

市の町ぐるみ健診などにおけるフレイルチェックにより、フレイルの恐れがあると判定された人

※対象者には市から案内通知を送ります

自己負担額

- ・医師による診察とフレイルの検査 0円
- ・体力測定と生活改善指導 600円/回（費用の1割相当）



圏地域包括支援室 ☎ 43-5237

▶▶ 「フレイル外来」では、こんなことをします

① 医師による診察とフレイルの検査

▶▶ 守本市長がフレイルの検査を体験！

握力測定

舌の力を測ります

片足で立っていられる時間を測定

※実際はこれら以外の検査も行います

検査の結果説明

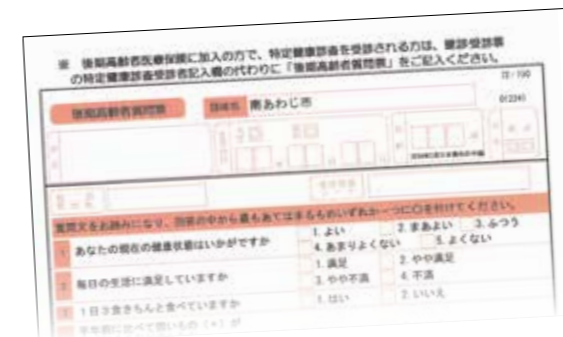
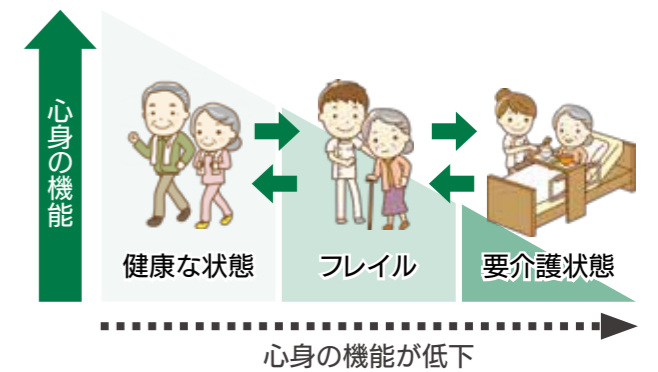
市長は、フレイルの恐れはないですね

平成病院 谷口 健 理学療法士

平成病院 秋田 透 理学療法士

▶▶ フレイルとは？

フレイルとは「健康な状態」と加齢により体力や気力が低下した「介護が必要な状態」の中間の段階で、ちょっとしたきっかけで要介護に移行してしまう状態のことをいいます。早めに対処をすれば健康な状態に戻ることが期待できます。



▶▶ 私って、フレイル？

市では、町ぐるみ健診などを受診する高齢者を対象に、質問票を用いたフレイルチェックを行っています。町ぐるみ健診を受診しない人で、フレイルチェックをしてみたい人は右の二次元コードからアクセスしてください。



② 体力測定と生活改善指導

フレイルのリスクのある高齢者へ生活習慣の改善や運動指導を行い、健康長寿の実現をサポートします。1カ月に1回(60分)の生活改善指導を6カ月間実施。皆さんの「こうありたい」がかなうように今と未来の健康をサポートします。

私たちがサポートします。6カ月間、一緒に頑張りましょう！



平成病院 小川けい 言語聴覚士

③ 卒業後の社会参加を支援

いつまでも元気な生活を送るためには、生きがいをもって暮らし、健康を維持・向上することが大切です。フレイル外来卒業後は、地域との関わり、社会参加の場、活躍の場につながるようにサポートします。

だから…
次ページに注目！

私たちは健康寿命を延ばすということが非常に大事で、早い時期に要介護状態になってしまふのを防ぐ必要があります。健康寿命を延ばすためには、健康で元気なときから、介護や入院が必要にならないような対策をしなければなりません。

フレイルチェックでフレイルの恐れがあるという結果が出る人の多くは、自分が介護の一手前になっているとは思っていません。行政や医療機関がフレイルの恐れがある人を丁寧にフォローして、受診を勧めることができる仕組みが必要です。

フレイルの恐れがある人が受診できる仕組みを



兵庫県立淡路医療センター 名誉院長
東浦平成病院 淡路圏域顧問
小山 隆司 医師

ユース防災プロジェクト

～私たちが考える新しい防災のかたち～

自ら生き抜く
ともに生き抜く
未来を生き抜く



参加者募集中

日程 8月21日(月)～23日(水)
申込締切 7月21日(金)

南あわじ市と連携する高校・大学の学生を中心に新たな防災教育のかたちを模索し、これからの防災や減災の担い手の育成および防災意識と社会参画意識の向上をめざすプロジェクトです。

防災教育に関心のある高校生・大学生がプログラムを企画運営しており、ともに過ごす2泊3日の合宿は、新たな視点とインスピレーション、そしてなりたい自分を考える大きなきっかけとなります。

詳しくは市ホームページをご覧ください



学ぶ楽しさ支援センターとは

「第3期南あわじ市教育振興基本計画」の基本理念「学ぶ楽しさ日本一」の実現をめざす同センターは、学校教育の充実と様々な課題を抱える子どもの学びの保障、誰もが学ぶ楽しさを実感し、まちで役割をもつための支援を基本的役割として、以下の3つの機能を持っています。

【支援センターの主要3機能】

1. 教職員自主研究支援 先生の自主的な学びを支援
2. 防災教育サテライト校 防災教育拠点と防災教育のできる先生の育成
3. 社会的自立支援(学びの場づくり) 子どもを取巻くさまざまな課題に対応して子どもの学びを支援

☎学校教育課 43-5231

【プログラム】

- ◎防災リュックの交流
あなたは防災バッグに何を入れますか？
- ◎選択型ワークショップ
・観光客向け防災マップ
・避難所での子どもの遊び
- ◎防災すごろく



会場 国立淡路青少年交流の家ほか
参加者 80人程度
対象 防災教育に関心のある市内在住の小学生(4年生以上)・中学生・高校生
参加費 小学生 5,300円
中学生 5,500円
高校生 6,000円
※2泊7食・保険代など含む

2泊3日でこんな経験ができます！

- ☑被災した人の語りから「なりたい自分」について考えることができる
- ☑避難所設営などの体験を通し、当事者として地域に関わろうという意識が生まれる
- ☑世代間・地域間の異なる学生との協働体験を通し何かをやり遂げたという経験ができる
- ☑防災に対する知識を増やし、自分や周り人の命を守れる人について考えることができる
- ☑市長への提言など「まちづくり」に参画する経験ができる

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを 老人クラブのご紹介

☎長寿・保険課 高齢者福祉係 43-5260

1人暮らしの高齢者が増え続ける中、高齢者の孤立や孤独を防ぐためにも、社会参加活動など「人と人が関わり合う機会」が必要とされています。さらに、社会参加活動を通じて、心の豊かさや生きがいを得られ、自身の健康にもつながるといわれます。就労だけではなく、ボランティアや自治会などの地域社会活動、趣味やおけいこ事など、さまざまな選択肢がある中で、老人クラブの活動について紹介します。

写真：松帆老人クラブ連合会「地域を知ろう」事業

● 老人クラブとは

老人クラブは、全国で約12万クラブ、会員670万人の全国組織です。南あわじ市でも、159クラブで8,668人が健康、友愛、奉仕を基本的理念として活動しています。

■ 健康活動

▶▶ 寝たきり防止や医療費の軽減につながるような健康づくり・介護予防事業

- グラウンド・ゴルフ、ゴルフ、いきいき百歳体操など
- 趣味・サークル活動、おしゃべり会
- 料理講習会・食事会

■ 友愛活動

▶▶ 話し相手や見守りなど、同じ世代の仲間として支える活動

- 訪問などによるお見舞いや激励
- 情報の伝達・提供(クラブや町内情報、福祉・防犯・災害・避難などの情報)

■ 奉仕活動

▶▶ 安全・安心の住みよいまちづくりを目指すボランティア活動

- 公共施設や道路の清掃・美化・緑化・花づくり
- 資源回収・リサイクル活動
- 高齢者施設におけるボランティア
- 地域(子ども)見守りパトロール活動
- 防犯・防災のための活動
- 伝承や他世代交流

このような活動は一人だけでは限界がありますが、クラブ組織として活動することで、安心安全な地域づくりや地域の活性化に貢献することができ、自分自身の心身の健康の維持・増進につながります。

● 老人クラブの魅力は何ですか？

- ① 住まいの近くに声をかけ合う友人・知人ができます。
- ② 健康の維持・増進につながります。
- ③ 知識や経験を活かした能力発揮や社会活動への参画と貢献ができます。
- ④ 心の安らぎと充実感が得られます。

● 地区クラブの活動紹介

【地域を元気にする】

松帆老人クラブ連合会では、夏休みのラジオ体操や、愛校作業、サツマイモ植えと収穫による交流で、子どもたちと触れ合うことで、高齢者も子どもも地域も元気になることができました。

【地域での暮らしを守る】

潮美台老人クラブでは、高齢者に役立つ情報提供の取り組みとして、「高齢者に役立つたより」を会員の皆さんに毎月1回、回覧しています。また、交通安全、詐欺予防、地震災害予防、フレイル予防、健康増進などの冊子も作成しています。

【教室や交流など様々な活動】

北阿万老人クラブ連合会では、パステルアートをとおして、心と体を元気にすることができました。
丸山地区老人クラブでは、ふれあいふるさと祭り子どもたちと一緒に阿波踊りを踊って、盛り上がりました。

● 老人クラブに加入するためには…

お住まいの地区の単位クラブ長やお世話役にご連絡ください。見学や体験などのご相談も承ります。長寿・保険課までお問い合わせください。



ふ れ あ い
市長室



南あわじ市長 守本 憲弘

災害への備え

～ひょうご防災ネットをご利用ください～

今年の梅雨は、梅雨明けの時期、期間雨量ともに全国的に「平年並み」と言われていますが、6月には梅雨前線と台風2号の影響により市内全域に「高齢者等避難」、沼島地区全域に「避難指示」を発令しました。本市では、緊急時にいち早くその情報を市民の方々に伝達する手段として、防災行政無線による告知のほか「ひょうご防災ネット」を活用しています。これは、スマートフォンなどにアプリをインストールしていただくと、緊急時にはメールが届き、画面で地震・津波情報や気象警報、避難情報等を見ることができる仕組みです。道路の通行止めやそれに伴うらん・らんバスの運行状況も通知されます。また、外国人や高齢者にも使いやすいよう、12外国語対応や音声読上げ機能（日本語+12外国語）、ピクトグラム（絵文字・絵単語）を使用して防災情報が提供されています。ぜひご利用ください。

これから台風シーズンが本格化してきますが、他にも突然の豪雨やいつ起きるかわからない地震など、自

然災害に常日頃から備えておく必要があります。市民の皆さまにおかれては、今一度、災害発生時の備えの確認などに取り組んでいただきますようお願いいたします。

さて、太陽がまぶしく輝く7月を迎え、海に囲まれた淡路島、そして南あわじ市でも各海水浴場が海開きを迎えます。慶野松原海水浴場は、「日本の渚百選」「快水浴場百選（特選）」「日本の夕陽百選」「日本の水浴場88選」に指定される美しい砂浜が魅力です。また、白い砂浜にどこまでも続く青い海岸線と、南国を思わせる植生が印象的な阿万海岸海水浴場、キャンプや海水浴、釣りなど様々な遊びが可能な伊毘うずしお村など、豊かな自然環境に恵まれた魅力的な海水浴場にぜひおいでください。来られた皆さまには、豊富な海の幸をはじめとするグルメも存分に味わっていただきますとともに、ご利用の際はルールを守ってご利用ください。

また、美しい海と砂浜を守り・支えていただいている地元地域の皆さま方のご尽力に敬意を表し、深く感謝申し上げます。

これから夏本番、市民の皆さまには熱中症などに十分ご注意くださいとともに、引き続き市政へのご理解とご協力をお願い申し上げます。

ひょうご防災ネット

ダウンロードはこちらから

ひょうご防災ネット
サポートセンター

support@bosai.net



オープンキャンパス
 日時 7月16日(日) 11:00～15:30
 場所 吉備国際大学南あわじ志知キャンパス
 内容 学科紹介、ミニ講義、個別相談など
 申込み 入試広報室 ☎0120-25-9944

ジビエ施設を見学する生徒ら

の過程に関する話だけでなく、実際にジビエ肉の調理を行い、ジビエの味も体感してもらいました。各中学校5日間と短い期間ではありましたが、今回参加してくれた生徒さんには高等教育機関で働くことのイメージに少しでもつながる経験になったことを願います。

同大南あわじ志知キャンパス事務室 ☎42-4700

トライやる・ウィークで大学の仕事・授業を体験

本学では5月、三原中学校と南淡中学校の計5人の生徒を迎え、大学の仕事・授業を体験してもらいました。農学に関する専門的な授業も多く、難しい内容ではありましたが、中学における学びの延長が大学での学びにつながることを肌で感じてもらえる貴重な経験になったことと思います。また、学内施設のひとつでもあるジビエ施設の見学では、南あわじ市内の狩猟に関する現状や狩猟後



運動動作を体験する保育士

「学びの芽生えプログラム」
保育園児対象の運動教室を企画

市では、社会人サッカークラブ「FC.AWJ」とスポーツを通じた地域活性化に関する協定を締結しています。この度、市が取り組む「学びの芽生えプログラム」の一環として保育園児などを対象とした「幼児期に身に付けたい基本動作」の運動教室を、AWJと共同で企画しました。

教室に先立って6月7日と8日、AWJのフロントダイレクター森陽幹さんを講師に迎え、市の保育士らを対象に教室実施の意義や習得支援方法の勉強会を開催しました。森さんは、子どもが幼児期に基本動作を習得することの大切さを説明し、参加者は熱心に聞き入っていました。今後は、AWJのメンバーが市立保育所等を順次訪問し運動教室を開催する予定です。



「道の駅うずしお」の完成予想図

「道の駅うずしお」
地域活性化の核となる施設へ

6月5日、「道の駅うずしお」リニューアル工事の安全祈願祭と起工式が行われ、守本市長をはじめとする市関係者のほか工事関係者などが出席しました。同施設は、鳴門海峡や大鳴門橋に最も近い岬に位置する道の駅です。令和7年春に予定している完成後は、施設内に特産品販売所、レストラン、バーガーショップ、

展望台などを設置。道の駅の基本機能である情報発信機能、休憩機能、地域連携機能を備えるほか、豊富な地域資源の活用や地域活性化、大鳴門橋自転車道の整備等を踏まえた交流人口増加などの核として再整備します。なお、整備期間中は鳴門岬駐車場「うずまちテラス」で仮営業をしています。

受賞おめでとう

◆近畿行政相談委員連合協議会
会長表彰

高川 欣士 さん(潮美台)

平成27年から4期にわたる行政相談委員としての活動が評価され、近畿行政相談委員連合協議会会長表彰を受賞されました。



寄付ありがとうございます

株式会社大幸から、同社の創業50周年事業として、市に防災深井戸の寄付がありました。子どもから高齢者まで簡単にくみ上げが可能な手押しポンプ式。災害により上水道施設などが被災した場合に、生活用水として利用することを目的として倭文公民館に新設されました。



株式会社大幸の太田幸男社長夫妻と守本市長

お知らせ 令和5年度の国民健康保険税の税率が決まりました

税務課 ☎ 43-5213

【表】令和5年度の税率等

※税率・金額の（）内は昨年度

	医療保険分 (0～74歳)	後期高齢者 支援金等分 (0～74歳)	介護保険分 (40～64歳)
所得割 (課税所得金額×税率)	7.4% (改正なし)	2.82% (改正なし)	2.23% (改正なし)
資産割 (固定資産税額×税率)	3.75% (7.50%)	1.25% (2.50%)	0.62% (1.24%)
均等割 (1人あたり)	2万6,500円 (改正なし)	1万1,000円 (改正なし)	1万3,000円 (1万2,000円)
平等割 (1世帯あたり)	2万2,100円 (2万4,600円)	6,600円 (改正なし)	6,600円 (4,100円)
課税限度額	65万円 (改正なし)	22万円 (20万円)	17万円 (改正なし)

※課税所得金額…前年中の総所得金額等から基礎控除を差し引いた金額

◆新型コロナウイルス感染症の影響による減免
令和5年度の新型コロナウイルス感染症の影響による減免額等が変更されます。

◆年金からの特別徴収(天引き)で納付する世帯
申請により口座振替へ変更することができます。



お知らせ 後期高齢者医療制度・介護保険制度 保険料額決定通知・後期高齢者医療被保険者証をお送りします

長寿・保険課 ☎ 43-5217

令和5年度後期高齢者医療保険料額および介護保険料額の決定通知書を7月中旬に送付します。両制度では、被保険者一人ひとりに保険料を納付いただきます。

●特別徴収(年金からの天引き)
年金支給時にあらかじめ差し引かれます。

●普通徴収(納付書か口座振替での納付)
▽後期高齢者医療制度
7月から翌年3月まで毎月納付

▽介護保険制度
8月から偶数月に納付

後期高齢者医療制度
被保険者証は7月下旬送付
被保険者証の更新時期は8月1日です。7月下旬に新しい被保険者証を送付しますので、8月から新しい被保険者証を医療機関等の窓口で提示してください。

なお、保険料の納付状況によつては、有効期間が短い被保険者証(短期被保険者証)を送付することがあります。

がんばるキミを応援したい!
【若者ふるさと応援便】
島外で暮らす本市出身の18歳～21歳の若者へ特産物通販サイト「南あわじマルシェ」で使える5,000円分のポイントをプレゼント
(申請期間)R5.5.15～R6.1.31

帰省・旅行・出張に便利!
淡路島から東京羽田まで2時間!!
オニオンバスでGO!
淡路島南あわじ市 バスで40分 徳島空港 飛行機で80分 羽田空港

運行期間 令和5年7月1日(土)～令和6年3月31日(日)
詳細・ご予約はWEBで https://onion-bus050.com/

淡路交通株式会社 0799-22-3121 / みなと観光バス株式会社 0799-36-3081

災害への備えを忘れずに!

危機管理課 ☎ 43-5203

危険箇所を確認しましょう

自宅周辺は、どのような災害に注意すべきかを確認しましょう。南あわじ市ハザードマップや兵庫県CGハザードマップには、土砂災害警戒区域や浸水想定区域などが掲載されています。※ハザードマップは市ホームページなどに掲載。危機管理課でも配布しています



ハザードマップ (市ホームページ)



兵庫県 CG ハザードマップ

避難について話し合いましょう

ハザードマップで自宅周辺が危険な場所となっている人は、災害時に避難が必要です。いざというときには、市の指定避難所以外にも、安全な場所にある親戚や友人宅なども避難先となります。あらかじめ自分の避難先について考え、家族や周囲の人と話し合っておきましょう。



南あわじ市の指定避難所

◆拠点…災害の恐れがあるときに初めに開設 ◆広域…拠点だけでは避難者を収容できないときに開設
※広域の(●)は拠点・広域でも収容しきれず、かつ、施設の使用が可能な場合に開設

施設名	風水害		地震		施設名	風水害		地震	
	拠点	広域	拠点	広域		拠点	広域	拠点	広域
三原	●			●	三原中学校		●		●
緑	●		●		榎列小学校		●		●
		(●)		●	八木小学校		●		●
		●	●		市小学校		●		●
		●	●	●	神代小学校		●		●
		●		●	三原健康広場		●		●
					働く婦人の家		●		●
					県立淡路三原高等学校		(●)		(●)
西淡	●		●		福良地区公民館	●			(●)
	●		●		賀集地区公民館	●			
	●		●		北阿万地区公民館	●			●
	●		●		福良小学校	●		(●)	
	●		●		阿万小学校	●		(●)	
	●		●		南淡中学校	●		(●)	
	●		●		旧灘保育所	●		(●)	
		●		●	沼島小学校		(●)	●	
		●		●	沼島中学校		(●)		(●)
三原	●		●		阿万地区公民館	●			(●)
	●		●		灘地区公民館	●			(●)
	●		●		沼島地区公民館	●			(●)
	●		●		潮美台地区公民館	●			(●)
	●		●		賀集小学校		●		●
	●		●		北阿万小学校		●		●
	●		●		文化体育館		●		●
					中央公民館				
					榎列公民館				
					八木地区公民館				
					神代地区公民館				
					倭文集会所				
					三原志知公民館・学ぶ 楽しさ支援センター (旧三原志知小学校)	●			●
					三原志知公民館 別館 (旧三原志知公民館)		(●)		●
					市地区公民館		●		(●)

お知らせ 新型コロナワクチン接種
 南あわじ市同ワクチン接種コールセンター ☎ 43-5671 / 健康課 ☎ 43-5218

初回(1・2回目)接種を完了し、前回(2・5回目)接種から3カ月以上経過した人
 ■春開始接種
 ▼対象者 ①65歳以上の人 ②基礎疾患がある人 ③医療従事者・介護従事者等
 ▼接種券 ①②のうち、以前接種した人へは順次送付、それ以外の人は発行申請が必要
 ※基礎疾患がある人はこちらから申請できます
 ▼使用ワクチン オミクロン株(BA.4/5)対応型ワクチン



◆接種医療機関、接種曜日等の最新情報は市のホームページでご確認ください
 ▼日程 令和6年3月末まで
 ▼使用ワクチン ファイザー社製5〜11歳用オミクロン株対応型ワクチン
 ▼日程 8月31日(木)まで
 初回(1・2回目)接種がまだの人
 ▼対象者 生後6カ月以上の人
 ▼日程 令和6年3月末まで



お知らせ 生ごみ処理機の貸し出し
 環境課 ☎ 43-5214

生ごみ処理機を無料で1カ月間貸し出します。
 貸出条件 ①市内に住所があり、かつ居住している ②処理機を屋内に設置する ③処理機を適正に維持管理できる ④環境課または沼島出張所で処理機の受け取り・返却ができる ④貸出後にアンケートに回答する
 貸出機器 パナソニック製家庭用生ごみ処理機リサイクルクラ (型番MS-N53)

XD、外寸268×365×550ミリ、重量12キログラム
 申込方法 本人確認書類(運転免許証等)をお持ちのうえ、環境課または沼島出張所で申込みください。
 ※台数に限りがあるため、先着順で貸し出します。電気代は利用者負担となります



貸し出しする生ごみ処理機

お知らせ スマホの困りごと解決をお手伝い
 今月のスマホ出張相談窓口
 広報情報課 ☎ 43-5206

開設時間 午前9時〜午後4時45分
 予約受付専用電話 ☎ 0120-333-857
 ※受付時間は平日の午前10時〜午後7時
 ◆平日の火曜日と金曜日は、市役所本館1階ロビーで開設しています
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください
 スマホ講習会に講師を派遣します
 市内のグループや団体が主催するスマホ講習会に講師を派遣します。対象人数は4〜10人程度、1回120分以内です。開催予定日の1カ月前までに広報情報課へお申し込みください。

日程	場所
7月5日(水)	潮美台地区公民館
7月12日(水)	福良地区公民館
7月19日(水)	三原志知公民館
7月26日(水)	広田地区公民館
8月2日(水)	松帆地区公民館

※窓口ではスマホミニ講座も実施中

募集 令和6年度新規採用職員の募集
 総務課 (南あわじ市市善光寺 22 番地 1) ☎ 43-5001



申込方法 ※①または②のいずれか
 ①申込書に必要事項を記入し、市役所総務課(本館3階)に提出。※申込書は市ホームページ掲載のものを印刷するか、市役所総務課にて受け取ってください
 ※郵送、代理での提出可。郵送の場合は84円切手を貼った返信用封筒(長形3号封筒)を同封してください
 ②マイナポータル「ぴったりサービス」から申込
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください
 申込期間 8月17日(木)まで
 ※郵送は、8月16日(水)消印有効

募集する職種	採用予定人数	受験資格	試験内容
事務職	一般行政職 10人程度 農政事務職 若干名 建築・土木事務職 若干名	次の条件をすべて満たす人 ①平成5年4月2日以降に生まれた人 ②高等学校を卒業した人(令和6年3月までに卒業見込みの人を含む) 次の条件をすべて満たす人 ①平成5年4月2日以降に生まれた人 ②学校教育法による大学、短大、高等専門学校または専門学校で、農学科、農業コース等、農業に関する専門課程を履修して卒業した人(令和6年3月までに卒業見込みの人を含む) 次の①②または①③の条件を満たす人 ①昭和59年4月2日以降に生まれた人 ②学校教育法による大学、短大、高等専門学校または専門学校で建築・土木に関する専門課程を履修して卒業した人(令和6年3月までに卒業見込みの人を含む) ③民間企業等における建築または土木の職に関する正社員としての職務経験が通算して3年以上ある人	【1次試験】 ・教養試験 ・事務適性検査 ・職場適応性検査 【2次・3次試験】 ・面接試験
保育士 幼稚園教諭	若干名	【一般枠】次の条件をすべて満たす人 ①昭和62年4月2日以降に生まれた人 ②保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する人(令和6年3月までに取得見込みの人を含む) 【経験者枠】次の条件をすべて満たす人 ①昭和62年4月2日以降に生まれた人 ②保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する人 ③保育士等としてクラス担任業務の経験が通算して2年以上ある人	【1次試験】 ・教養試験 ・専門試験 ・職場適応性検査 【2次・3次試験】 ・面接試験 ※保育士【経験者枠】の1次試験は専門試験・職場適応性検査
保健師	若干名	次の条件をすべて満たす人 ①昭和59年4月2日以降に生まれた人 ②保健師および看護師の免許の両方を有する人(令和6年3月までに取得見込みの人を含む)	

※採用予定人数は成績などにより変更することがあります

役立つ&楽しいイベントを随時開催。

●家や暮らしに役立つ最新情報 ●家族で楽しめる体験 etc.

積水ハウス株式会社
 淡路洲本オフィス tel.0799-24-4151
 〒656-0024 洲本市山手2丁目1-58(1階)
 ■営業時間 9:00~18:00 ■定休日 火曜日・水曜日・祝日

詳しくはコチラ

みなさんのお役に立ちます！
 お気軽にお電話下さい

○植木剪定 ○農作業 ○除草・草刈 ○軽作業
 ○清掃 ○大工・左官仕事 ○施設管理
 ○毛筆筆耕 ○生活支援(掃除・洗濯) など

(公社)南あわじ市シルバー人材センター
 〒656-0122 南あわじ市広田広田 1064 番地 (旧緑庁舎) 1 階
 TEL / 0799-45-0171 FAX / 0799-45-1814

60歳以上のみなさん
 シルバー会員になってみませんか？

入会説明会のご案内
 日時 ①7月12日(水)午後1時30分~
 ②7月26日(水)午後1時30分~
 場所 南あわじ市シルバー人材センター(旧緑庁舎)2階
 内容 シルバー人材センターの仕組み、活動内容、働き方などについて説明します。

募集 政治倫理審査会委員

☎総務課 ☎43-5001

政治倫理条例に基づく調査請求に係る調査等を行う政治倫理審査会の委員を募集します。

募集人数 1人

応募資格 次の①～④の条件をすべて満たす人。①市の選挙権を有する②現職の県・市議会議員、市職員でない③市の他の附属機関の公募委員ではない④暴力団員ではない

応募方法 申込書に必要な事項を記入し、小論文(テーマ「政治倫理条例」の市政に与える効果)800字以内、様式自由を添えて総務課へ持参または郵送

選定方法 審査委員会において委員候補者決定後、市長と市議会が協議し、委員に委嘱

応募期限 7月31日(月) 午後5時(必着)

任期 10月1日～令和7年9月30日

お知らせ 介護施設の食費・居住費の軽減

☎長寿・保険課 ☎43-5217

介護保険施設(老人福祉施設・老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院)に入所(短期入所含む)してサービスを受ける場合、条件を満たして認定を受ければ、食費と居住費(滞在費)が軽減されます。

対象者 世帯全員(世帯分離している配偶者含む)が市町村住民税非課税の人

※収入等の段階に応じて負担段階が異なります

※預貯金等資産要件によっては対象とならない場合があります

申請方法 制度を利用するためには申請が必要です。申請書に必要書類を添えて、長寿・保険課に提出してください。

申請に必要なもの 預貯金通帳(直近2カ月の明細が分かるもの)、定期預金証書、有価証券等の写し(配偶者分も必要)

※有効期限は毎年7月31日まで。現在、制度を利用している人へは、更新書類を送付しています

お知らせ 介護保険制度 社会福祉法人等による介護サービスの利用者負担軽減

☎長寿・保険課 ☎43-5217

社会福祉法人等のサービス事業所が提供する介護サービス(介護老人福祉施設サービス・訪問介護・通所介護等)を利用する場合、条件を満たして認定を受ければ利用者負担が軽減されます。

対象者 次の①～⑥の条件をすべて満たす人①世帯全員が市町村住民税非課税②年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えることに50万円を加算した額以下③預貯金額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えることに100万円を加算した額以下④世帯がその居住用の家屋その他日常生活に必要な資産以外に利用できる資産を有しない⑤負担能力のある親族に扶養されていない⑥介護保険料を滞納していない

軽減額 利用者負担額の25%、老齢福祉年金受給者は50%軽減。生活保護受給者は施設個室居住費(滞在費)のみ全額軽減

申請方法 制度の利用には申請が必要です。申請書に必要書類を添えて、長寿・保険課に提出してください。

申請に必要なもの 世帯全員分の預貯金通帳、定期預金証書、有価証券等の写し

・世帯全員分の前年中収入が確認できるもの(年金払込通知書、源泉徴収票、確定申告書控え等)

※有効期限は毎年7月31日まで。現在、制度を利用している人へは、更新書類を送付しています

案内 「社会を明るくする運動」強調月間・「再犯防止」啓発月間 第73回作文コンテスト

☎市推進委員会事務局(市民協働課内) ☎43-5244

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生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、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

7月は「社会を明るくする運動」強調月間・「再犯防止」啓発月間

今年は、次のとおり啓発イベントを実施します。

▽日時 7月15日(土) 午後2時～

▽場所 ショッピングセンター・シーパ

▽内容 開会セレモニー、ちびこ子おまわりさん(園児)による啓発グッズの配布、刑務所作業製品展示即売会(午前10時～午後3時まで)

▽学生

▽テーマ 日常の家庭生活や学校生活の中で体験したことをもとに「犯罪・非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をした人の立ち直りについて考えたこと」

▽原稿の枚数等 400字詰め原稿用紙3～5枚程度

※応募作品には、タイトル・学校名・学年・氏名を書いてください

▽表彰式・発表会 12月に優秀作品の表彰式・発表会を実施

▽応募期限 9月5日(火)

▽提出先 所属する学校または市推進委員会事務局(市民協働課内)

▽その他

- ・応募者全員に参加賞をお贈りします。
- ・応募作品の中から南あわじ市推進委員会が入賞作品を選出し、県推進委員会へ推薦します。
- ・応募作品の著作権は、県推進委員会および中央推進委員会に帰属します。
- ・応募に係る個人情報、社会を明るくする運動業務以外の目的で用いることはありません。

お知らせ 高齢者等元気活躍推進事業 高齢者等元気活躍推進事業「啓発動画」配信中 「おもいやりポイント」説明会・相談会

☎生涯活躍推進室 ☎43-5244 (市民協働課内)

60歳以上のシニア世代の活躍を応援する事業の紹介動画をご覧いただけます

◆60歳からできる仕事やボランティアをお探しの方必見。市内の活躍するシニアの様子を収録しています

※動画はこちらからご覧ください

※動画を収録したDVDも貸し出ししています(申込先/生涯活躍推進室窓口・各地区市民交流センター)

～60歳以上のみなさまへ～ 「おもいやりポイント制度」説明会・相談会


有償ボランティア「おもいやりポイント制度」を活用してあなたの力と経験を社会の中で生かしませんか。週1回などご自身のペースで活動できます。

▽日時 7月26日(水) 午後2時～3時

▽場所 福良地区公民館

※市ホームページ内 高齢者等元気活躍推進事業メインページ

まずは元気な！ いきいき活躍



淡路島のシロアリ防除・害虫駆除専門店

Alice アリス

ホームドクター

南あわじ市北阿万筒井76-1

☎0799-55-0800

※お気軽にお問合せ下さい。




しろあり・羽アリ群飛中!!

温かくなる春・夏はしろあり・羽アリの活動が活発になり、最も被害が発生しやすくなる時期です。早めに点検を行い被害を予防しましょう。

全島対応いたします

調査・見積無料!



淡路島海上ホテル

TEL.0799-52-1175

十個以上は、配達させていただきます。

特製一段膳 三三〇〇円(税込)

特製二段膳 五五〇〇円(税込)

滋養たっぷり天然鰻 玲瓏会席 八五〇〇円(税込)

目帰りの昼食デラックス 八五〇〇円(税込)



会計年度任用職員の募集

- 1 業務内容 2 勤務時間 3 要件 4 募集人数
5 賃金 6 申込方法 7 申込期間 8 申込先・問合せ
※保険・選考方法等はお問合せください
※任用形態によって併願できない場合があります

灘黒岩水仙郷の管理人

- 1 灘黒岩水仙郷の現場責任者、業務連絡調整、施設の安全管理、料金の收受等 2 午前9時～午後5時（前後に準備片付けあり）、週4～5日以内の勤務（期間：12月1日～令和6年2月29日）
3 ワード・エクセル等、パソコンの基本操作ができる 4 2人 5 時給960円 6 履歴書に写真を貼り、申込先へ持参または郵送
7 7月21日（金）まで 8 商工観光課 ☎43-5221

埋蔵文化財調査事務所

- 1 遺跡発掘現場での図面作成や測量、掘削作業等（雨天時は室内作業） 2 月～金曜日の午前9時～午後4時（期間：9月1日～令和6年2月29日） 3 高校卒業以上、普通自動車運転免許 4 3人 5 時給1,003円 6 履歴書に写真を貼り、申込先へ持参または郵送 7 7月21日（金）まで 8 埋蔵文化財調査事務所 ☎42-3849（南あわじ市神代國衛1100）

お知らせ 価格高騰の影響が大きい世帯に給付金を支給します

☎給付金コールセンター ☎43-5920

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯に対して、価格高騰重点支援給付金を支給します。対象となる世帯には6月中旬より案内を送付しています。

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯に対して、価格高騰重点支援給付金を支給します。対象となる世帯には6月中旬より案内を送付しています。

お知らせ 低所得の子育て世帯に給付金を支給します

☎子育てゆめるん課 ☎43-5219

食費等の物価高騰に直面し、特に大きく影響を受ける低所得の子育て世帯に対して、給付金を支給します。

ひとり親世帯分

- ▽支給対象者
1 令和5年3月分の児童扶養手当の支給対象者（5月末に支給済み）
2 公的年金等を受けているため児童扶養手当を受けていない人
3 家計が急変し、収入が児童扶養手当の対象となる水準に下がった人
※2・3の人は申請が必要です
▽給付額
児童1人あたり一律5万円
※申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください



ひとり親世帯分

ひとり親以外の子育て世帯分

- ▽支給対象者
1 令和4年度中に実施した子育て世帯生活支援特別給付金（前回の給付金）の支給対象者であった人（5月末に支給済み）
2 18歳未満の児童（令和5年3月31日時点。特別児童扶養手当対象児童の場合は20歳未満）を養育する父母等で、令和5年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった人
※2の人は申請が必要です
▽給付額
児童1人あたり一律5万円
※申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください



ひとり親以外の子育て世帯分

案内 国民年金保険料免除等の申請受付が始まりました

☎明石年金事務所 ☎078-912-4983 / ☎総合窓口センター ☎43-5212

7月1日より令和5年7月分～令和6年6月分の国民年金保険料免除申請の受付を開始します。経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。未納のままにせず、市役所総合窓口センターで手続きをしてください。なお、学生の人は「学生納付特例」をご利用ください。

また、免除の申請は過去2年までしかのぼることができません。申請を忘れていたために未納期間がある人は、市役所総合窓口センターまたは明石年金事務所へご相談ください。

マイナンバーから国民年金の手続きができます
マイナンバーから次の手続きができます。マイナンバーカードをお持ちの人はぜひご利用ください。

- ・第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更等）
- ・保険料免除・納付猶予の申請
- ・学生納付特例の申請

明石年金事務所管内出張年金相談
▽日時 8月24日（木）
午前10時15分～午後3時
▽場所 洲本市文化体育館
▽受付期間 7月25日（火）～
※満席になり次第受付終了
▽受付方法 明石年金事務所へ電話で申込みください

訂正とお詫び

広報6月号4頁に掲載しました「春の叙勲と褒章」の記事で、登里伸一さんが受章された勲章「旭日小綬章」の名称と、久保修一さんが受章された勲章「瑞宝小綬章」の名称に誤りがありました。訂正し、お詫び申し上げます。

納期限は7月31日(月)

- 1 固定資産税……………【2期】
- 2 国民健康保険税……………【1期】
- 3 後期高齢者医療保険料……………【1期】

※納期限内の納付がない場合、督促状が発送されます。督促状の発送日から起算して、10日を経過した日までに納付がない場合は、差押えなどの滞納処分を行います
※納付が困難な場合は、各担当課までご相談ください
(問) 1 2 税務課 ☎43-5213
3 長寿・保険課 ☎43-5217

無料 事前相談で後悔のないお葬式を (市内割引致します)

陸の港西淡前より徒歩1分 西淡三原ICから車で3分 **南あわじ斎場**

葬儀・仏壇・墓石・ギフト

株式会社 **神戸未来**

〒656-0322 南あわじ市志知鉦 466-1
TEL: 0799-36-0033 FAX: 0799-36-0053

～ 新しい夢の『はじまり』を創るために ～ **従業員募集中!**

「安心・安全・信頼」の解体工事はお任せください!!

お気軽にご相談を… **松井開発運輸株式会社**

※お見積もりは無料です

南あわじ市湊1354 TEL 0799-36-5078



お米の未来

大坪 研一/著
(日本食糧新聞社)

お米に関する最新の動きと将来性について、大学や関連会社が解説。お米のおいしさ、成分と機能性、消費拡大に向けた取り組みを紹介するほか、アルファ化米、米粉など各種加工食品についても論じます。さらにお米の未来にかかわる最新の動きも取りあげます。



豪快 & 爆速バーベキュー
絶対うける BBQ レシピ 70

パーソロミュー・ブック/著
(宝島社)

人気TikTokerが教える、BBQ・アウトドア飯のレシピ集。ガッツリ満足1品レシピ、極上おかずから最強おつまみ、朝ごはんまで一度は食べてみたいレシピ70を収録。BBQ料理道具や火おこしのコツも教えてください。夏に向けてぜひ一読ください。



プロから学ぶ
修理ずかん

齋藤 陽道/作、あわい/絵
(フレーベル館)

自分の大きなモノやよく使うモノが、こわれたり動かなくなったりしたら? すぐ前に修理してみよう! 生活のなかでよくある修理方法を、絵や写真でわかりやすく説明します。モノを大切にしたいキモチを育てる一冊です。

リサイクルフェアのお知らせ

1. 一般書、児童書(申込不要)
配布 7月21日～
会場 市立図書館
問合せ先 市立図書館 ☎53-0234

2. 雑誌(要申込・抽選)
① 広田・湊図書館の雑誌
申込期間 7月1日～9日
申込場所・問合せ先 広田公民館図書室 ☎44-3008 湊公民館図書室 ☎37-3028
② 中央公民館図書室の雑誌
申込期間 7月15日～29日
申込場所・問合せ先 中央公民館図書室 ☎43-5037

ピノキオのおはなし会

毎週日曜日
10:30～11:00

図書館蔵書検索ページ

ログインして予約もできます。二次元コードからご利用ください。



みんなの図書館
今月のおすすめ本

市立図書館 ☎53-0234

開館時間/9:30～19:00
ただし、日曜日・祝日は、17時まで
※広田・湊地区公民館図書室は土曜日17時まで

7月の休館日

毎週月曜日
18日(火) 祝日の翌日
28日(金) 月末整理日

さんさんネット
コミュニティチャンネル
7月番組の見どころ

さんさんニュース

月曜日～金曜日 7:30更新
■時間 7:30～、12:30～、16:30～、19:30～、22:30～

7月4日(火)

・ゆめんセンター
七夕の日の製作をしよう!

7月7日(金)

・親子でわくわく読み聞かせ

7月10日(月)

・知っ得! ええ農情報
～南淡路地域の新規就農の受け入れ体制について～

撮っておき☆

毎週月曜日 8:00更新
■時間 8:00～、13:00～、20:00～
7月10日(月)～7月16日(日)
・第16回南あわじ市消防操法大会

第120回市議会定例会一般質問

■放送日 7月3日(月)～9日(日)
■時間 8:00～、20:00～
※土曜のみ13:00～も放送

写真工房～フォトリエ～募集中

放送日 8月21日(月)～27日(日)
日常生活で撮影した写真をお待ちしています
募集テーマ 「夏」
応募締切 8月14日(月) 必着
※詳しくは、市ホームページをご覧ください



図広情報課南あわじ
プロモーション室
☎43-5201

「詳しく番組内容を知りたい!」そんな時は...

EPG(電子番組表)

テレビリモコンの「番組表」を押すと、1週間分の番組内容が表示されます。また、録画機で簡単予約も可能!



市ホームページでも番組の見どころを確認いただけます。



*放送内容を変更する場合があります。予めご了承ください

大会結果

(敬称略)

○数字が順位。関係分のみ掲載
令和5年度ひょうご女性
スポーツの会競技別大
会・第2回兵庫県女子
剣道交流大会(5月13日・
兵庫県立文化体育館)
② 奈木朋子(福良剣友会)

★大会結果は市大会規模以上を対象。主催者および関係者からの情報提供に基づき掲載

わじ市文化体育館
① 社家薫 ② 喜田大史良 ③ 榎本行市 ④ 村上順子

じんけんサマーフェスティバル 2023

日時 8月5日(土) 10:30～15:30
場所 湊地区公民館

① 人権相談、各種団体出店など
(10:30～13:00)
世代を問わず楽しめるアトラクションを企画



② 講演会(要申込)

(13:30～15:30)
副島淳(俳優・タレント)「違いを楽しむ」
▽定員 300人(先着順)
▽申込方法 申込みフォーム
または電話
▽申込期限 7月25日(火)
▽申込・問合せ先 社会教育課 ☎43-5232



当たってにっこり
地元もほっこり



サマージャンボ宝くじの売上金の約4割は、県内市町の住み良いまちづくりに活用されています。売上金は、各都道府県の販売実績等に応じて交付されますので、ぜひ兵庫県内の宝くじ売り場またはインターネットでお買い求めください。
●発売 7月4日(火)～8月4日(金)
☎(公財)兵庫県市町村振興協会 ☎078-322-1151

全国大会出場おめでとう!



ライフセービング
ビーチリレー(チーム) 1位
ビーチフラッグス(個人) 2位
ビーチスプリント(個人) 2位



河野浩之さん(複列)
河野さんは、全日本ジュニア選手権大会2023(5月27日～28日・横浜市)に出場し、好成績を収めました。「個人よりチームでの勝利が本当にうれしく、今の時点での自分の力を出し切ることができたから、達成感がある」と話していました。

夏の交通事故防止運動の実施

実施期間 7月15日(土)～24日(月)

運動の重点項目

- ① こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
 - ② 安全運転意識の向上
 - ③ 自転車の交通安全
 - ④ 飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶
 - ⑤ 全ての座席のシートベルトの正しい着用とチャイルドシートの適切な使用の徹底
- ☎危機管理課 ☎43-5203

ぶんかざい 194
シリーズ 南あわじの文化財



「互いに尊重し合い、共に生きる『わ』のこころ」をメッセージに込めて、淡路人形座新作劇「ももたろう」を制作しました。500年の伝統を誇る淡路人形座が大切にしてきた「和」の心が、今を生きる人々にとって心豊かに生きる術となり、優しさと思いやり溢れる世界が広がる事を願っています。

夏休み親子劇場「ももたろう」
淡路人形座 ☎52-0260

上演日程 7月27日(木)～8月15日(火)
①11時10分～ ②13時30分～
※詳細は淡路人形座ホームページをご確認ください

7月の健康カレンダー

献血

日	曜日	受付時間	場所
9	日	10:10~12:00 13:15~16:00	くつろぎプラザ・シーパ
26	水	13:45~16:00	南あわじ市保健センター

乳幼児健康カレンダー

内容	日	曜日	場所
4カ月児健康診査 (R5年3月生)	28	金	南あわじ市保健センター
食育講座赤ちゃん栄養サロン (予約制) (R5年2月生)	27	木	子育て学習・支援センター (ゆめるんセンター)
育児相談 (R4年12月生)	25	火	
10カ月児健康診査 (R4年9月生)	26	水	
1歳6カ月児健康診査 (R3年12月生)	4	火	
2歳児育児相談 (R2年12月生)	12	水	南あわじ市保健センター
3歳児健康診査 (R2年2月生)	14	金	
就学前5歳児健康診査 (H30年7月生)	24	月	
遊びの教室 (予約制)	6	木	
発達支援相談 (予約制)	6	木	

※各種教室・相談のお問合せは、健康課(☎43-5218)まで

時間外診療病院	休日応急診療所 (賀集地区公民館 ☎53-1536)
月 平成病院	診察日 9:00~11:30 13:00~16:30 18:00~21:30
火 平成病院 八木病院	2日(日) 富本喜文 医師 柴田亮平 医師
水 中林病院 南淡路病院	9日(日) 高田育明 医師 高田育明 医師
木 翠鳳第一病院	16日(日) 穀内勇夫 医師 穀内純江 医師
金 中林病院	17日(月) 鈴木俊示 医師 鈴木俊示 医師
土 翠鳳第一病院	23日(日) 友清龍一郎 医師 平山 毅 医師
	30日(日) 日笠久美 医師 西口 弘 医師

平日18:00~23:00
土曜13:00~23:00
※当直医によって専門以外の診療はできない場合があります

※発熱による受診の場合は、事前に電話をお願いします
※新型コロナウイルスの検査はできません

※教室・相談は、中止や延期の場合があります。詳しくは各担当課にお問合せいただくか、二次元コードから市ホームページをご確認ください。



認知症を支える家族の会 スマイル

認知症の介護の悩みを話し合える場

日	曜日	受付時間	場所
12	水	14:00~15:00	中央公民館2階

スマイル(認知症)カフェ ☕ ※申込不要

認知症の人とご家族、地域の人誰もが集える場

日	曜日	受付時間	場所
27	木	14:00~16:00	いちばん星 (市福永572)

※詳しくは、地域包括支援室(☎43-5237)まで

こころやすらぐひろば ※申込不要

精神疾患を抱える人とご家族らの交流を深める広場
開催日時のみオンラインによる相談も実施(福祉課に事前予約必要)

日	曜日	受付時間	場所
23	日	13:30~16:00	いちばん星 (市福永572)

家族教室 ※申込不要

精神疾患を抱える人のご家族らが交流を深める場

日	曜日	受付時間	場所
5	水	14:00~16:00	いちばん星 (市福永572)

ぴあっとふくら ※申込不要

精神疾患を抱える人が仲間と集える場

日	曜日	受付時間	場所
24	月	13:30~15:00	福良地区公民館

※詳しくは、福祉課(☎43-5216)まで

小児救急医療(対象は中学生まで)

◆小児夜間救急電話センター

毎日午後10時~午前6時(受付は午前5時40分)までの間、医師が輪番で小児夜間救急診療を行っています。

☎小児夜間救急電話センター ☎44-3799

※通話はお客対応の品質向上のため録音しています

◆休日小児救急診療

日曜・祝日・年末年始の休日、みなと元気館内の洲本市応急診療所において、小児科医の輪番による小児救急診療所を開設しています。予約は不要です。

受付時間 9:00~11:30、13:00~16:30

☎洲本応急診療所 ☎24-6340

大腸がん検診を受けましょう!

健康課 ☎43-5218

がんは、日本人の死因の第1位となっています。誰でも罹患する可能性があり、3人に1人の死因となっていますが、生活習慣の見直しにより予防できることがわかってきました。

また、早期のがんは9割以上が完治する時代を迎えています。適切な予防と検診による早期発見・早期治療が大切です。

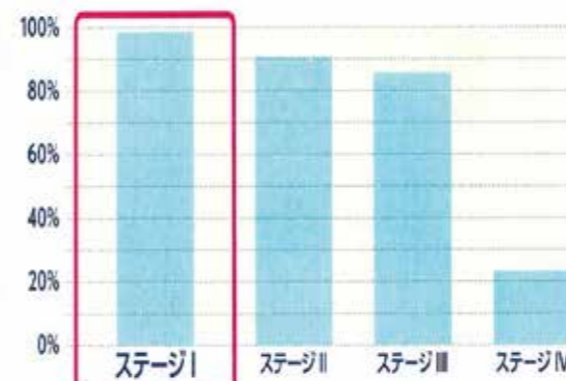
部位別がん死亡者数(2021年、全国)
男性 女性

肺がん	1位	大腸がん
大腸がん	2位	肺がん
胃がん	3位	すい臓がん
すい臓がん	4位	乳がん
肝臓がん	5位	胃がん

早期の大腸がんはほとんど自覚症状がありません!

症状が出てからでは病状が進行している場合があります。「自分だけは大丈夫」と思わずにがん検診を受けることが大切です。早期発見・早期治療で95%以上の人が治ります!

大腸がんの進行度による5年相対生存率の違い



出典:「がん統計2022」全国がんセンター協議会加盟施設における5年相対生存率(2011年~2013年診療例)

大腸がん検診ってどうやってするの?

①まずは便潜血検査と問診

便潜血検査は自宅で便をとるだけの簡単な検査です。提出日に合わせて2日分の便を採取します。採取後は冷蔵所で保管しましょう。

※この検査では便に潜む血液の有無を調べて病気の疑いを見つけます。痔からの出血がある時や生理中は控えてください

結果が陰性(-)でも安心は禁物です。たまたま陰性になる場合もありますので、年に1回の便潜血検査を行いましょう。毎年検査をすることで死亡率が60~80%減ります!

陽性(+)は病気の疑いがあります。必ず精密検査を受けましょう。

②気になる症状があればすぐ受診!

- ・便に血が混じる、付着する
- ・急に便の太さが変わった
- ・便秘や下痢を繰り返す
- ・腹痛や腹部のしこり など

5つのがん検診とは?

1:胃がん 2:肺がん 3:大腸がん 4:乳がん
5:子宮頸がんのことです。

この「5つのがん検診」は有効な健診として国が推奨しています。禁煙・お酒はほどほどに・食生活の改善・適度な運動・適正体重の維持を心がけることで、がんのリスクは減らせますが、完全になくなるわけではありません。そのため健康診断と5つのがん検診は定期的に受けることが大切です。

町ぐるみ健診を受けましょう(要申込)

◆6月から町ぐるみ健診が始まっています。健診を受けて自身の健康状態をチェックし、健康づくりに役立てましょう。申し込みがまだの方は健康課までご連絡ください。健診中、保育士がお子さまをお預かりしますので、お子さま連れでも安心して受診していただけます。

◆町ぐるみ健診では大腸がん検診は40歳以上が対象です。ぜひお申し込みください!

子育て広場7月

園ゆめるんセンター(子育て学習・支援センター)
南あわじ市榎列松田747番地3 ☎42-7703

暑さも日々増していき、この時期は体力や食欲が落ちたり、睡眠時間も不十分だったり夏バテしやすい時期です。生活のリズムを整えながら、この夏も元気に乗り越えていきましょうね。

●**ゆめるんセンター** (平日9:00~15:30)
・いつ来ても、いつ帰ってもOK♪お気軽に遊びに来て下さいね。(ゆめるんノート、名札持参)
・赤ちゃんは、体重・身長測定できます。
※はじめて利用する人は登録が必要です。登録時にゆめるんノート・名札をお渡します(登録は無料)

●**年齢別ひろば** ※要申込

ひろば名	開催日	時間	内容等
うさぎ	6日(木)	10:30~	知育ヨガ® 場所 働く婦人の家 申込 先着 20組 持参 お茶、タオル ※動きやすい服装
うさぎ ぞう	11日(火) 13日(木) 14日(金)	10:00~	なつまつり 場所 ゆめるんセンター 申込 各日先着20組 持参 景品を入れる袋 申込締切 5日(水)
ひよこ りす	12日(水)	10:00~	なつまつり 場所 ゆめるんセンター 申込 先着 20組 持参 景品を入れる袋 申込締切 5日(水)

●**今年度の年齢別ひろばの区分**

ひよこ	R5.4.2 ~ R6.4.1生まれ
りす	R4.4.2 ~ R5.4.1生まれ
うさぎ	R3.4.2 ~ R4.4.1生まれ
ぞう	R2.4.2 ~ R3.4.1生まれ

広報クイズ

市では市内医療機関と連携して「**外来事業**」を開始しました。「健康な状態」と「介護が必要な状態」の中間の段階である**ヘルメット**を予防・改善することで、いつまでも元気な生活を送ることができます。



●●●●に入るカタカナ4文字をお答えください。(ヒントは広報2・3頁)



6月15日(木) 年齢別ひろば・ぞう(ゆめるんセンター)

●**出前ひろば** (ゆめるんノート、名札持参)
おもちゃがいっぱい!の自由遊びのひろば。
開設時間 10:00~11:30
(11:15~お片付け、歌遊び、ダンスをします!)
※4つの出前ひろばは、どこでも参加できます

ひろば名	開設日	場所
みどり	5、7、26、28	南あわじ市保健センター
せいだん	4、6、18、20、25、27	湊地区公民館
みはら	4、20、25、27	働く婦人の家
なんだん	5、7、19、21、26、28	福良地区公民館

●**今月の催し** ※要申込、詳細はお問い合わせください

行事名・場所	日時	内容等
土曜開放日	1日(土) 9:00~11:30	対象 登録の家族 持参 名札・手帳 ※次回は8月6日(日)に日曜開放日を予定
ままひろば 遊字命名紙 ゆめるんセンター	18日(火) 10:00~	申込 先着10組 費用 100円(当日集金) 申込締切 7日(金)
ままひろば 夏野菜クッキング 中央公民館	19日(水) 10:30~12:30	申込 先着10組 費用 500円(当日集金) 持参 エプロン、マスク、三角巾、お茶、お手拭き、子ども用スプーン・フォーク
7月のおたんじょうかい ゆめるんセンター	24日(月) 10:30~	持参 ウエットティッシュ

■応募方法 (①~⑤全回答必須)
①クイズの答え、②住所、③氏名、④年齢、⑤**広報やさん**さんネットコミュニティチャンネル、南あわじ市に対するご意見・感想をお書きの上、広報クイズ係までご応募ください。
■応募締切 7月14日(金) ※消印有効
※クイズの正解者の中から抽選で5人に素敵なプレゼントが当たります! (当選は発送をもって発表にかえさせていただきます)

〒656-0492 南あわじ市市善光寺22番地1
南あわじ市役所 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



※右の二次元コードを携帯電話のバーコードリーダーで読み取り、クイズに応募できます

※6月号の正解は『ヘルメット』。42通の応募がありました

まちの動き

●**人口** 44,697人(前月比-85人)
(男) 21,543人(前月比-43人)
(女) 23,154人(前月比-42人)

●**世帯数** 19,912世帯(前月比-13世帯)

※令和5年6月1日現在

総合窓口センター混雑状況はこちらからご確認ください



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
稲井 希穂	女	克哉	八木	5月7日
平本 琥葉	男	光輝	倭文	5月11日
松原 朱々	女	利生也	広田	5月11日
伊藤 澄春	男	彰浩	沼島	5月12日
茱萸 桜桃	女	健太	北阿万	5月16日
横山 碧美	女	貴義	榎列	5月18日
濱本 百合愛	女	巴留奈	神代	5月21日
瀧川 叶碧	男	勢二	賀集	5月22日
生田 さつき	女	尚行	榎列	5月25日
南 慶志	男	祐太	松帆	5月26日
藤原 優空	男	稜	広田	5月27日
宮本 玲海	女	瞳	潮美台	5月29日
池田 向葵	女	涼也	神代	6月5日
櫻庭 りん凜	女	佳	大阪市	6月6日

結婚 いつまでもお幸せに

夫氏名(地区)	妻氏名(地区)	婚姻日
泊 勇希(福良)	丸山真樹子(市)	5月16日
中村 永遠(洲本市)	大井 玲奈(灘)	5月16日
柏尾 洸太(北阿万)	山形莉緒菜(賀集)	5月21日
河部 琢(神戸市)	本間優見恵(三木市)	5月21日
田原 宏基(松帆)	久米 望未(賀集)	5月21日
丸本 修平(灘)	菊川 晴加(福良)	5月21日
池田 光希(神代)	柏木 優希(市)	5月25日
齋藤 新(松帆)	藤本 愛結(洲本市)	6月2日

死亡 お悔やみ申し上げます

氏名	年齢	地区	死亡日	氏名	年齢	地区	死亡日	氏名	年齢	地区	死亡日
金山 房子	101	広田	3月3日	豊田 彰夫	83	志知	5月19日	上田 泰博	79	賀集	6月3日
眞野登美江	90	市	5月16日	山口 輝男	75	灘	5月21日	竹内しげ子	95	北阿万	6月4日
山田とみ子	64	志知	5月16日	土井本悦子	78	北阿万	5月22日	坂本 清	89	阿万	6月6日
辻 要	78	広田	5月18日	飛松加依子	81	広田	5月24日	森崎 正義	82	神代	6月8日
奈良嘉代子	89	広田	5月18日	吉田 博子	87	神代	5月27日	河井 丈夫	69	榎列	6月9日
富山セツ子	90	志知	5月19日	坂東 利男	91	福良	6月1日	齋藤 節子	91	八木	6月10日

令和5年6月12日までの申出分(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
※フォントの字形により戸籍記載氏名の字形と異なることがあります



老人クラブの会員とふれあいながら収穫する児童ら

孫世代とのふれあい交流

広田梅林で梅の収穫

6月8日、広田梅林ふれあい公園で、広田小学校3年生の児童 55 人と広田保育園の園児 40 人が参加し、園内の清掃などの管理を担う老人クラブ連合会緑地区の会員らと梅の実を収穫して交流しました。

古くから梅の名所として知られている広田地区では、毎年、梅の収穫時期に地元の小学生らを招き、収穫・選果などの共同作業を通して、郷土の名産を次世代に引き継ぎ、大切にすることを目的として交流を行っています。

児童たちは、同連合会緑地区の会員に収穫のコツを教えてもらいながら、道具を使って一生懸命に収穫していました。

大正時代の献上鯛（干物）作りを再現

南あわじ漁協「献上鯛まつり」

6月11日、美菜恋来屋で「献上鯛まつり」が開催されました。

丸山漁港で水揚げされるタイは大正から令和にかけ、4代にわたり天皇陛下に献上されてきました。地元で取れる魚の魅力を広めようと、この日は白装束に身を包んだ南あわじ漁協の組合員が大正時代に行われた伝統的な加工方法を再現。選別されたタイのうろこや内臓を取り除き、背開きした後に干すところまで実演しました。実演終了後には、「鯛から揚げ」が振る舞われ、訪れた人たちは地元の魚の味に舌鼓を打っていました。



01



02

01 実演をした南あわじ漁協の組合員の皆さん
02 献上鯛（干物）作りの実演

福良小学校創立 150 周年記念行事

「ふくら」の人文字を撮影

明治6年5月10日に創立した福良小学校は、今年で150周年を迎えました。

5月25日、創立150周年記念行事の航空写真撮影が行われました。写真は、校庭に全校生173人と教職員19人の計192人で作った「ふくら」の人文字を飛行機から撮影。児童らは、撮影を行う飛行機が校庭上空を横切ると歓声を上げていました。

このほかの記念行事としては、懐かしの競技を復活させた体育会を5月20日に開催し、秋にはオープンスクールを計画しています。



「ふくら」の人文字と撮影を行う飛行機（中央上部）



撮影に奮闘する小石さん（左）と濱口さん



広報紙の編集作業も体験

トライやる・ウィーク 三原中学生が

南あわじ市広報

の仕事体験!



シャッターチャンス!

二人が撮影した写真がこちら!



☎ 43・5038

南あわじ市中央公民館内
閩市文化協会事務局

【芸能部門】
大正琴、舞踊、和太鼓、三味線、
伝統芸能、郷土芸能など
▼日時 7月9日(日)午前10時開演
▼場所 中央公民館2階大ホール

【カラオケ部門】
▼日時 7月8日(土)午後1時開演
▼場所 中央公民館2階大ホール

【展示部門】
▼場所 中央公民館
(午前9時～午後5時)
●手工芸・文芸 7月2日(日)まで
●書道 7月5日(水)～9日(日)
●絵画 7月12日(水)～17日(月)・祝
●盆栽 7月8日(土)～9日(日)



第15回南あわじ市
ふれあい文化芸能祭

リニューアル工事中

灘黒岩水仙郷テナント募集

- 運営期間** 12月(水仙郷オープン後)から開始
- 営業時間** 午前9時から午後5時
- 物件場所** 南あわじ市灘黒岩水仙郷
(灘黒岩字姫の郷2番地)
※管理棟2階・約24㎡・厨房など(水道、電気あり)
- 物件賃料** 1㎡あたり2,000円/月
- 応募期限** 7月25日(火)
- 申込方法** 所定の申込用紙、その他必要書類を持参または郵送にて提出
- 選考方法** 業務内容を審査のうえ決定
- ※応募要件など詳しくは市ホームページをご覧ください
- ☎商工観光課 43-5221



東京羽田と南あわじ市が 2時間!!



オニオンバスでゴー!



運行期間 7月1日(土)～令和6年3月31日(日)

☎市民協働課 43-5244

☎淡路交通 22-3121

☎みなと観光バス 36-3081



詳細・予約はこちら

南あわじ市×鳴門市連携プロジェクト グルメ提供事業者募集! ☎商工観光課 43-5221

2028年度の大鳴門橋自転車道開通に向けて カップイングルメ



対象者 市内に店舗を持ち、地元食材を使ったカップイングルメを提供できる宿泊施設・飲食店・お土産屋・加工業(販売先があること)

提供のルール ①地元食材を使ったグルメをカップに入れて提供できること ②年間を通してカップイングルメを提供できること(内容変更可) ③市から提供するPRシールをカップに貼っていただけること

※カップは自社で準備してください
※パンフレットやHPで紹介します
※参加料無料。取材撮影にかかる材料費は実費が必要

説明会 7月20日(木) 午後3時～4時

申込期限 7月17日(月・祝)

鳴門海峡の渦潮が育む旬の海鮮料理 うずの幸グルメ



対象者 市内に店舗を持ち、鳴門海峡の海幸グルメを提供できる宿泊施設・飲食店・お土産屋・加工業(販売先があること)

グルメのテーマ 鳴門海峡の渦潮が育んだ海幸(3種類以上)と2市の特産食材を使ったグルメ

ワークショップ(全5回)

- ①7月20日(木) ②9月13日(水) ③④9月下旬～10月上旬(参加事業者リアル交流会) ⑤10月24日(火)

※いずれも午後2時～4時

※①②⑤はオンライン

申込期限 7月17日(月・祝)



マイナンバーカードに関するご案内

マイナンバーカード受取の ネット予約を開始



予約サイトはこちら

カード受取について、本人が市役所まで来るのが難しい場合は、予約前に電話でご相談ください。(代理受取には条件があり、必要書類が通常と異なります)

※第3土曜日の翌日の日曜日は即日受取ができないため、後日郵送となります。(予約は電話受付のみ)

マイナ保険証・公金受取口座情報の確認方法

- ・カードの読み取りが可能なスマートフォンや、カードリーダー付きパソコンから「マイナポータル」にログインすることで確認できます。
- ・市役所1階のマイナポイント設定支援ブース(平日の午前9時～午後5時)でも確認できます。ご利用の際は、マイナンバーカードと利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号)をご準備ください。

☎総合窓口センター 43-5212 / マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178