



お誕生おめでとう

(8/10~9/9受付分) <敬称略>

上嶋 咲水 聡・泉 (大阪市)
 倉本 奏楽 晋吾・千葉 (大阪府)
 西田 唯一郎 史貴・美揚子 (津井)
 齋田 碧偉 浩・亜希 (志知)
 山口 豊夢 泰裕・純子 (湊)
 鴻原 悠太 良行・由香利 (松帆)
 池澤 明里 章文・尚美 (三原町)
 山崎 滉太 茂樹・智代 (松帆)
 平石 空 善行・由美 (湊)

ご結婚おめでとう

(8/10~9/9受付分) <敬称略>

丸田 晃 松帆と
 井上 綾 南淡町

お悔やみ申しあげます

(8/10~9/9受付分) <敬称略>

山田 長政 74歳 (志知)
 三浦 広和 42歳 (津井)
 上野 晴章 81歳 (松帆)
 池田 みちこ 87歳 (松帆)
 平田 ひと代 89歳 (松帆)
 平石 武重 78歳 (湊)
 森本 秀治 80歳 (伊加利)
 坂口 清秋 55歳 (阿那賀)
 吉田 サツキ 91歳 (湊)
 鴻原 力 74歳 (阿那賀)



人口の動き

〔9月1日現在、()内は前月比〕

・まちの人口 12,298人 (-22)
 男性 5,936人 (-13)
 女性 6,362人 (-9)
 ・世帯数 3,835世帯 (-3)

善意銀行だより

◇津井の福原きよみさんより亡夫の供養として金一封を
 ◇阿那賀の柏木嘉之さんより亡父の供養として金一封を
 ◇津井の三浦弘美さんより亡夫の供養として金一封を
 ◇松帆の正木忠さんより電動折りたたみ式ベットを社協介護器具貸出用に
 以上の方々より善意の預託がありました。



淡路広域消防より

硝安(肥料)は危険物です



畑作等で使用される肥料はたくさんありますが、白菜栽培等で使用される硝酸アンモニア(硝安)は消防法上危険物に該当します。本年4月北朝鮮竜川駅での列車爆発事故は記憶に新しいところですが、その際に列車に積載されていたのが硝酸アンモニア(硝安)です。

硝安自体は燃えませんが、使用・保管方法を誤ると火災・爆発を引き起こす危険性があります。使用・保管される場合には、袋等に記載されている注意事項を必ず守りましょう。また、硝安は消防法で危険物の第1類第3種酸化性固体(指定数量1000g)に該当しますので、指定数量の1/5以上(200g)以上保管される場合には、火災予防条例の規制を受け、消防署に届出が必要となります。そのような場合には消防署にご相談ください。■問い合わせ
 淡路広域消防事務組合
 (☎24・0119)

10月1日は浄化槽の日

浄化槽の法定検査を受けましょう

快適な生活ときれいな水を守るため、合併処理浄化槽を設置されている方は、次の検査や点検・清掃が法律などで義務付けられています。

①使用開始検査

浄化槽を設置し、使用開始から6か月経過した日から2か月以内に受けなければならぬ検査

②定期検査

浄化槽の構造や保守点検状況、水質等について、毎年1回受けなければならぬ検査。

③保守点検および清掃

浄化槽維持管理者による

浄化槽の正常な機能を継続するよう行うもので、設備等の定期的な保守点検と年1回以上の清掃作業が必要です。

浄化槽は、微生物の働きで水をきれいにしています。微生物が元気に働くよう定期的な点検・清掃はもちろん、法定検査も併せて受検するようにしましょう。

法定検査に関するお問い合わせは、(独)兵庫県水質保全センター(☎078・306・6021)

地震発生時の対応

近い将来発生するとされる南海地震。もし発生したら、あなたは冷静に対応できるでしょうか？

南海地震の被害は広範囲にわたると予想されており、建物の倒壊や斜面崩壊、火災等だけでなく、津波による被害も注意しなければなりません。

地震が起こったときの対応、また今から出来る対処法を紹介します。

地震が起こったら

- ①自分自身の安全を確保する。(机の下にもぐり込むなど)
- ②ガスの元栓を閉めたり、火の始末をする。
- ③窓や戸を開けるなど、出口の確保をする。
- ④外へ逃げるときは、落下物に注意し持ち物は最小限にする。(避難するときは徒歩で)
- ⑤海や川の近くで地震が起こったら、高台に避難する。
- ⑥正しい情報を入手し、ケガ人が出たら協力しあい応急救護をする。

今からできる対処法として

- ①家の中の収容物を固定
- ②家具の上に重い物や割れやすい物を置かない。
- ③家や、家のまわりの塀など傷んでいる場所を点検。
- ④地震に対する正しい知識を身に付け、家族との連絡方法などの確認をする。

地震発生直後には、消火・救助活動を必要とする場所が多数発生し、迅速な対応が困難になることが予想されるため、「自らの生命は自らが守る」といった「自助」「共助」が不可欠です。

淡路広域事務組合西淡出張所・西淡町消防団

国民年金だより

『年金加入記録のお知らせ』について

「年金加入記録のお知らせ」は、年金受給が近づいた58歳になられた方で、国民年金・厚生年金保険・船員保険に一定の期間以上加入された方に対して、年金加入記録のお知らせし、事前に確認していただくことにより、将来の年金の請求手続きを円滑にするものです。

■対象者

58歳になられた方で、次のいずれにも該当する方を対象とします。

- ・国民年金及び厚生年金保険(船員保険を含む)の被保険者または被保険者であった方
- ・社会保険業務センターで管理している国民年金・厚生年金保険(船員保険を含む)および共済組合等にかかる年金加入記録で老齢基礎年金の受給資格を満たしている方

※注意

「年金加入記録のお知らせ」は平成16年3月から実施となりましたので、それ以前に58歳になられた方には送付されていません。

■送付時期

社会保険業務センターから58歳の到達月の翌々月に送付しています。

年金加入記録を受けた方で訂正や追加がある方は、社会保険業務センターで調査・整備を行い、再度その結果をお知らせします。また、希望される方には後日、年金見込額もお知らせします。

わからないことがありましたら、社会保険庁ホームページ (<http://www.sia.go.jp>) のQ & Aをご覧ください。

明石社会保険事務所 (☎078-912-4916)

西淡町・三原町国際舞踊団招聘事業

台湾蘭陽舞踏団の公演



西淡町と三原町が協力して舞踊団を招聘し始めて今年で10年。これまでタイ王国、台湾、韓国、中国の舞踊団に華麗な踊りを披露していただきました。

今回の招聘は、皆さんから絶大な人気を集めている台湾の蘭陽舞踏団です。ぜひ、お見逃しなく！

◆西淡町公演

日時 11月3日(水) 午後1時30分開場、午後2時開演
場所 西淡町中央公民館大ホール

◆三原町公演

日時 11月2日(火) 午後6時30分開場、午後7時開演
場所 三原町中央公民館大ホール

問い合わせ 西淡町教育委員会事務局 (☎36-3311内線326)

滝川記念美術館 玉青館の展示情報



「生誕100周年記念 直原玉青大作展」開催中！

- 期間 10月17日まで
- 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
3日	赤池賢次郎 医師	日笠 久美 医師
10日	村野 謙一 医師	村野 謙一 医師
11日	大鐘 稔彦 医師	馬部 樹也 医師
17日	大森 弘之 医師	福田 郁夫 医師
24日	穀内 勇夫 医師	福原 正博 医師
31日	後藤 幸 医師	渡辺 優 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

10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	実施日時 場 所	備 考
健康相談	6日(水) 13:30~15:00 湯の川荘	血圧測定等 健康手帳持参
	7日(木) 10:00~11:30 万松園	
	18日(月) 15:00~16:00 ゆとりっく	
	18日(月) 9:30~11:00 保健センター	
乳幼児相談	18日(月) 9:30~11:00 保健センター	母子手帳持参
4か月児健診	1日(金) 13:15~13:30 保健センター	H16年5月~ H16年6月生対象
2歳児歯科検診	7日(木) 13:15~13:30 保健センター	H14年6月~ H14年9月生対象
モグモグ栄養教室 (離乳食教室)	25日(月) 10:00~12:00 保健センター	H15年10月生、H16年3月 生対象。母子手帳持参
母親学級(妊婦体操)	20日(水) 10:00~12:00 保健センター	母子手帳持参 体操のできる服装で お越し下さい
リハビリ教室	14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
足腰お達者教室	27日(水) 13:30~15:00 湯の川荘	一般住民対象 健康手帳、タオル持参
真向法腰痛予防教室	20日(水) 20:00~21:30 保健センター	一般住民対象 タオル持参
ヘルシーSlim教室 (運動習慣改善教室)	21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
健診結果説明会	4日(月) 13:30~15:00	結果説明、保健・栄養相談 血圧測定、健康食試食など。 健診結果、健康手帳持参。
	5日(火) 13:30~15:00 保健センター	

大豆と野菜の元気スープ

■材料 (4人分)

じゃがいも1個、にんじん20g、キャベツ60g、たまねぎ1/2個、ゆで大豆1袋、コンソメの素1個、塩・こしょう少々、だし汁3.5カップ、トマトケチャップ大さじ2

■作り方

- ①じゃがいもを千切りにし、水にさらす。にんじん、キャベツ、たまねぎを細切りにする。ゆで大豆はざるにあげ、さっと洗っておく。
- ②たまねぎを炒め、しんなりしたら、だし汁を加え、残り野菜、ゆで大豆、コンソメを加えて煮る。
- ③野菜などがやわらかくなったら調味する。

(1人分のエネルギー119kcal、カルシウム41mg、鉄分1.0mg、食物繊維4g、塩分0.8g)



栄養士 だより

大豆パワーで 元気になろう

大豆には、リノール酸やビタミンEが豊富に含まれているので、LDLコレステロールの酸化を防ぎます。

また食物繊維も多く、腸のなかでコレステロールを吸着して体外に追い出します。大豆を肉のかわりに使うことで脂肪とコレステロールを控えることも可能です。

さらに、血圧を下げるカルシウムやカリウムも豊富。そのうえ、大豆は「畑の肉」といわれるほど、そのタンパク質は肉なみに質がよく、血管をしなやかに丈夫にしてくれます。その他、大豆を含めた植物性タンパク質は、肝臓でコレステロールの受容体の働きを高め、血液中のコレステロールを減らす効果があります。



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
18日	塩田 君代 菅 武次 中嶋 長史 平本 譲平 (身体障害者相談員)
25日	三宅 勲 柴田 芳吉 飯田 弘子

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	15日(金)	午前9時30分～午後4時30分	県洲本総合庁舎
法律	8日(金)	午後1時～午後3時	県洲本総合庁舎
	22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
14日(木)	午前10時30分～午後4時	津名町役場
21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
7.14.21.28日	毎週木曜日	県洲本総合庁舎
各日とも	午後1時～午後3時	

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	19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	25日(木) 午前10時～正午 問い合わせ (☎22-9584)	県洲本総合庁舎

編集後記

今年も町内の運動会、体育会を撮影しました。まだ独身ですが、我が子を撮るような気分で、良いショットを撮りましたよ(´▽`)v その成果は表紙&2～3ページをご覧ください。もし欲しい写真があれば写真データをお渡しますので、役場企画政策課 (☎36-3311内線292) までご連絡くださいね。(M典)

かがやくまちの1等星☆



でぐちまほ
出口真帆ちゃん
(志知)

平成13年10月15日生まれ
出口佳宏さん・陽子さんの
長女

両親からのコメント
『大切な宝物です。健康で
明るい子に育ててね』

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)

第15回四実業団連盟 (中部・北陸・関西・中国) 合同 淡路島女子駅伝競走大会 交通規制のお知らせ

●津名町しづかホール前スタート～都志大宮折返し～南淡町中央公民館前ゴール(6区間42.195km)●

11月3日(祝日)AM9:30 しづかホール前 スタート!



ご協力をお願いします。

内は交通規制予想時間

- 当日午前9時25分から午後0時ごろまでの間、交通規制されますのでご協力下さい。
- 駅伝コース上に駐車したり、物を置いたりしないで下さい。
- 当日は、コース周辺で交通の混雑が予想されますので、自動車の使用はご遠慮下さい。
- 通行規制の時間は駅伝競走の進行によって変わる事があります。

監修/津名西警察署☎85-0110・三原警察署☎42-0110
淡路島女子駅伝競走大会実行委員会☎24-4770