



KOHO TOKUSHIMA

広報

とくしま

NO. 977

2016年 6月15日

平成28年6月1日現在(前月比)

| | | |
|-----|-----------------------|-------|
| 人口 | 255,906人 | (-53) |
| 男 | 121,368人 | (+13) |
| 女 | 134,538人 | (-66) |
| 世帯数 | 117,788世帯 | (+30) |
| 面積 | 191.25km ² | |

ホームページ <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/>



土砂災害から命を守るために

6月は土砂災害防止月間です

近年、多発する台風や集中豪雨により、土砂災害が発生しやすくなっています。被害を最小限に抑えるためには、事前の備えや情報収集などを行い、早めに避難することが重要です。6月は土砂災害防止月間です。この機会に、土砂災害ハザードマップや非常持ち出し品、避難場所などを再確認して、土砂災害に備えましょう。



梅雨や台風の時期には、全国各地で短時間に局地的な大雨が降る集中豪雨が多く観測され、河川の急な増水、氾濫、がけ崩れなどにより、多くの人的被害や住家被害が発生しています。平成26年8月、広島市では豪雨による土砂災害で多数の人が被害に遭いました。

日ごろから備えよう

土砂災害による被害を最小限に抑えるためには、日ごろから災害に備えて準備しておくことが大切です。

住んでいる場所が危険な場所か確認

徳島県が土砂災害(特別)警戒区域を指定したことを受け、本市では避難場所などの情報を掲載した「土砂災害ハザードマップ」(枠②参照)を作成しています。自宅や近所に危険な場所がないか確認しましょう。

非常持ち出し品の準備

緊急時にすぐ避難できるように、最低限の食料品や飲料

情報収集と早めの避難

土砂災害の発生は予測が難しく、身を守るためには、情報収集などの対策が重要です。正確な情報入手し、早めの避難を心がけましょう。

大雨が降り出したら、テレビやラジオ、インターネットから積極的に気象情報入手しましょう。

早めの避難準備

身の危険や土砂災害の前兆現象を感じたときは、土砂災害に十分注意し、早めに土砂災害(特別)警戒区域の外へ避難しましょう。

自宅が土砂災害(特別)警戒区域外や避難情報の発令がない場合でも、危険を感じたときは自主的に避難してください。

避難場所の開設状況は、徳島市災害対策本部へ(☎621-5010)へお問い合わせください。

避難できない場合の対策

激しい雨などにより、すでに避難場所などへの移動が困難な場合は、

水、服用中の薬などを非常持ち出し品として準備しておきましょう。避難時に両手が使えないように、リュックサックなどにまとめておくことが便利です。



市民防災研修会を開催します

市民の防災知識の普及啓発を図ることを目的に、「市民防災研修会」を次のとおり開催します。防災について一緒に考えてみませんか。

【とき】7月24日(日)10:00~11:30 (開場は9:30)

【ところ】市役所13階大会議室

【内容】「人を紡ぐ・いのちを紡ぐ 東日本大震災・熊本地震から何を学ぶか」と題した講演会

【講師】福島大学つくしまふくしま未来支援センター特任准教授の天野和彦さん(右写真)

【定員】250人(先着)

【受講料】無料

【申し込み方法】7月8日(金)までに、電話で危機管理課(☎621-5527)へ。

※当日、市役所駐車場の利用はできません。来場の際は、公共交通機関などをご利用ください。



また、夜間に大雨が予想されるときは、暗くなる前に避難することがより安全です。特に高齢者など避難に時間を要する人がいる場合は、移動時間を考えて早めの行動を心がけましょう。

台風や大雨による土砂災害をはじめ、川の氾濫や地震など身の回りにはさまざまな災害があります。

いざという時に命を守るために、災害に対する事前の備えなどについて見直しましょう。

問い合わせ先 危機管理課

☎(621) 5527
☎(625) 2820

枠① 土砂災害の前兆現象を知ろう

がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)



がけから小石がパラパラ落ちてくる

土石流



山全体がうなっているような音がしたり地震のように震えたり異常なおひびきがある

地すべり



地面がひびわれ湧水が出る



がけにひびわれが広がるまた、がけが膨らむ



雨は降り続けているのに川の水量が減る



地鳴り・山鳴りがする

資料提供: NPO法人土砂災害防止広報センター

土砂災害の発生には、上図のような現象などさまざまな前兆現象がみられることがあります。土砂災害の前兆を感じた場合は、周囲の人にも知らせ、いち早く安全な場所に避難し、速やかに消防署や市役所に連絡しましょう。

枠② 土砂災害ハザードマップを配布しています



徳島市では、土砂災害(特別)警戒区域や避難場所などの情報を掲載した「土砂災害ハザードマップ」を地区ごとに順次作成し、同区域にお住まいの人に配布しています。



自宅周辺の危険な場所や本市が開設する避難場所の確認にご使用ください。災害時は通行できない道もあるため、避難経路は複数検討しておきましょう。

また、マップは県の土砂災害(特別)警戒区域の指定に併せて順次更新する予定です。最新のマップは徳島市ホームページから閲覧できますので、ご確認ください。

がけ崩れや土石流などが発生した場合の避難などにマップを活用し、適切な行動をとれるようにしましょう。

7月10日(日) 参議院議員通常選挙 徳大(常)キャンパスで期日前投票も

参議院議員通常選挙を次のとおり実施します。

●投票日(予定)

7月10日(日)7時〜20時

●投票できる人

平成10年7月11日までに生まれた人で、平成28年3月21日までに徳島市に住民登録をし、引き続き3カ月以上徳島市に住んでいる人は、徳島市で投票ができます。平成28年3月22日以降に転入または転出された人は、以前にお住まいの市町村で投票できる場合があります。現在お住まいの市町村選挙管理委員会でご確認ください。

●選挙のお知らせ

世帯主宛て(3人連記)に「選挙のお知らせ」を郵送します。

介護保険施設などの「食費」「居住費」の自己負担上限額を認定します

所得の低い人について、介護保険施設などを利用したときの居住費・食費の自己負担限度額を、世帯の課税状況などに応じて下表(第1〜3段階)のとおり認定します。認定を受けるには申請が必要です。有効期限が平成28年7月31日の負担限度額認定証を持っている人も、8月から引き続き認定を受けるためには、あらためて申請してください。

●負担限度額(1日あたり)

| 利用者負担段階 | 食費 | 居住費など | | | |
|---------|--|---------|----------|------------------|------|
| | | ユニット型個室 | ユニット型準個室 | 従来型個室 | 多床室 |
| 第1段階 | 市区町村民税が課税されていない世帯で、老齢福祉年金を受給している人または生活保護を受給している人 | 300円 | 820円 | 490円 (320円) | 0円 |
| 第2段階 | 市区町村民税が課税されていない世帯で、合計所得金額+課税年金収入額+非課税年金収入額(平成28年8月より)が年間80万円以下の人 | 390円 | 820円 | 490円 (420円) | 370円 |
| 第3段階 | 市区町村民税が課税されていない世帯で、上記第1段階、第2段階に該当しない人 | 650円 | 1,310円 | 1,310円 (820円) | 370円 |
| 第4段階 | 上記第1段階から第3段階に該当しない人 | 負担限度額なし | | | |

※(介護予防)短期入所生活介護や介護老人福祉施設などを利用した場合の従来型個室の負担限度額は、()内の金額になります。グループホームや通所サービスの食費・居住費には適用されません。

【対象となるサービス】▷(介護予防)短期入所サービス▷施設サービス
なお、8月からは非課税年金(遺族年金、障害年金)も含めて判定します。現在、利用者負担段階が第2段階である人のうち、非課税年金を一定額受給している人は、利用者負担段階が第3段階になる場合があります。

【必要書類】申請書(介護・ながいき課や各介護保険施設などで配布)、預貯金通帳の写し、介護保険被保険者証、印鑑、マイナンバーの確認ができるもの、窓口に来る人の身分証明書など

【申請窓口】介護・ながいき課(市役所南館1階18番窓口)

【問い合わせ先】介護・ながいき課(☎621-5585 FAX624-0961)

「テレワークキャラバン in 徳島」の参加者を募集します

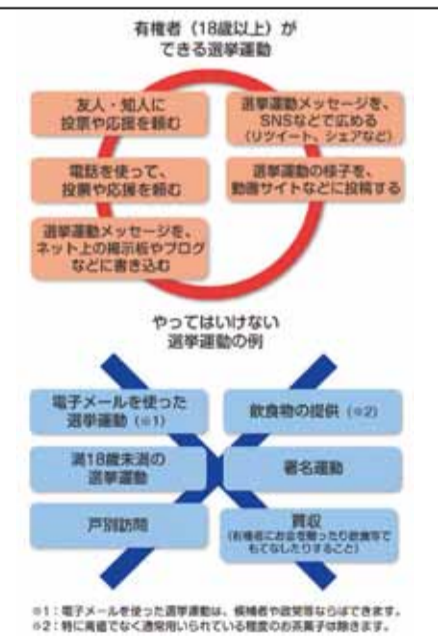
多様な働き方を選択できる社会づくりのための一つとして、情報通信技術を活用したテレワークについて考えるイベントを開催します(要申し込み)。

【とき】6月22日(水)10:00~15:00

【ところ】親子カフェはこいる(万代町5)

【内容】▷1部=10:00~働き方ワークショップ。対象は子育てをしている人。定員15人。自分らしい働き方について参加者で意見交換。▷2部=13:00~テレワーク個別相談会。対象はテレワークに関心のある個人や企業、団体。テレワークの導入や仕事の発注の仕方、テレワーカーとしての働き方などの相談。

【申し込み方法】電話でテレワークセンター徳島(☎090-3187-9845)へ



若し世代の意見が政治へ
今、日本は、少子高齢化のために高齢者の人口が増える一方で、若年者の人口が減っています。

選挙運動はルールを守って
18歳以上になれば、特定の候補者や政党を応援する権利が与えられます。選挙運動にはルールがあります。今回の引き下げは世界の流れに沿ったものといえます。

これから18歳、19歳となつて有権者になる皆さんや20歳以上の皆さんも、「18歳選挙権」をきっかけに選挙と政治が自分自身の未来にどのように関わってくるか、あらためて考えてみましょう。

【問い合わせ先】選挙管理委員会事務局(☎621-5585 FAX624-0961)

●市内で転居した人

6月17日〜7月10日に市内間で転居した場合は、転居前の旧住所での投票となります。

●選挙公報の配布

選挙公報は、7月8日(金)までに各世帯に配布します。市役所、支所、公民館にも備えてありますので、ご利用ください。

また、郵便等投票証明書を保持している人で一定の要件に該当する人は、代理記載人に投票に関する記載をしてもらうことができます。

選挙権年齢が18歳以上に引き下げられます

昨年6月の公職選挙法の改正により、今回の参議院議員通常選挙から選挙権年齢が「20歳以上」から「18歳以上」に引き下げられました。

防犯灯電灯料金の助成申請を受け付けます

夜間の犯罪防止と市民の通行の安全を図るため、町内会などが維持管理する防犯灯の電灯料金を助成します。本年度分の申請は下表の日程で受け付けます。詳しくはお問い合わせください。

| | 10:00~11:30 | 13:30~15:00 |
|----------|----------------|-----------------|
| 6月15日(水) | 沖洲コミュニティセンター | 応神コミュニティセンター |
| 16日(木) | 津田コミュニティセンター | 勝占東部コミュニティセンター |
| 17日(金) | 上八万支所集会所 | 八万中央コミュニティセンター |
| 20日(月) | 西富田コミュニティセンター | 川内公民館 |
| 21日(火) | 勝占中部コミュニティセンター | 昭和コミュニティセンター |
| 22日(水) | 東富田コミュニティセンター | 渭北コミュニティセンター |
| 23日(木) | 国府コミュニティセンター | 入田コミュニティセンター |
| 24日(金) | 南井上コミュニティセンター | 加茂コミュニティセンター |
| 27日(月) | 加茂南コミュニティセンター | 多家良中央コミュニティセンター |
| 28日(火) | 佐古コミュニティセンター | 渭東コミュニティセンター |

※6月29日(水)〜7月29日(金)8:30~17:00は、市民生活課(市役所1階)で受け付けます(土・日・祝日を除く)

【問い合わせ先】市民生活課(☎621-5145 FAX621-5128)

〈徳島市国民健康保険加入者の皆さんへ〉 7月1日から特定健康診査が始まります

徳島市では、徳島市国民健康保険の加入者を対象に、特定健康診査を実施します。生活習慣病は自覚症状がないまま進行します。対象者には受診券を6月末に送付予定です。自分のからだの状態を知るために、年に一度の特定健康診査を受診しましょう。

【対象】徳島市国民健康保険加入者で、昭和16年10月1日～昭和52年3月31日生まれの人

【実施期間】7月1日(金)～12月20日(火) (昭和16年10月1日～昭和17年3月31日生まれの人は9月30日(金)まで)

【自己負担額】1,000円

【実施場所】県内委託医療機関 (医療機関の一覧表は受診券に同封)。受診の際は、各医療機関に事前にお問い合わせください。

【受診に必要なもの】受診券、徳島市国民健康保険証

【問い合わせ先】保険年金課 (☎621-5159)

◆後期高齢者医療制度に加入している人は

徳島県後期高齢者医療広域連合が実施する健康診査をご利用ください。受診費用は無料です。対象者には、受診券または健康診査申込書が同連合から送付されます。詳しくは、徳島県後期高齢者医療広域連合 (☎677-3666) へお問い合わせください。

健康教室「美のキホン☆」を開催

美は1日にしてならず。美しく健康に過ごすには食生活と運動によるからだづくりを継続することが大切です。「目指せ!腸内美人!!」をテーマに、日ごろの食生活を見直し、食物繊維たっぷりのバランスのとれたクッキングをしてみませんか。腸内環境を整えることで、免疫力が高まり、有害物質を体外に排せつしてくれます。皆さん一緒にからだの中からきれいを目指しましょう。



【とき】7月3日(日)10:00～13:00

【ところ】ふれあい健康館2階調理実習室

【対象】市内在住の20～50歳代の女性

【定員】20人(抽選) **【参加費】**無料 **【準備物】**エプロン、三角巾、タオル

【申し込み方法】6月24日(金)までに、教室名、住所、名前、生年月日、電話番号を電話またはファクス、メール、はがきで、保健センター(〒770-8053 沖浜東2-16 ふれあい健康館3階 ☎656-0534 FAX 656-0514 ✉hoken_center@city.tokushima.lg.jp)へ。同センター窓口でも受け付けます。

からだが喜ぶフィットネス教室を開催

「内臓脂肪をセルフコントロール!『エネルギー消費力を高める スマートエアロビクス』」をテーマに開催します。

【とき】▶6月29日(水)=スローペース (60歳以上向け) ▶7月6日(水)=アクティブペース (20～60歳代向け) ※時間はいずれも10:00～11:15

【ところ】ふれあい健康館1階ホール

【対象】医師から運動制限を受けていない市民

【定員】各クラス40人(先着)

【準備物】運動しやすい服装・靴、ヨガマット(レジャーシート可)、タオル、水分補給用飲料

【申し込み方法】保健センター(☎656-0534)へ



夏休み!家族で元気アップ大作戦を開催

★からだがよるこぶおうちごはん塾

不足しがちな野菜をたくさん使った栄養満点の料理を作ってみましょう。

【とき・内容など】下表のとおり

| 実施日 | 対象学年 | 内容 |
|----------|---------|-------------------------------|
| 7月29日(金) | 小学1～3年生 | 家族で楽しくクッキング! ～野菜のはたらきを知ろう～ |
| 7月31日(日) | | |
| 7月28日(木) | 小学4～6年生 | |
| 7月30日(土) | | |

※時間はいずれも10:00～13:00

【ところ】ふれあい健康館2階調理実習室

【対象】徳島市に住民票がある小学生とその保護者(1人の子どもにつき保護者1人。対象年齢以外の子どもを連れての参加はできません)

【定員】各日15組(先着) **【参加費】**無料

【準備物】エプロン、三角巾、タオル

★とんで!おどって!家族deうんどう塾

【とき】8月3日(水)10:00～11:30

【ところ】ふれあい健康館1階ホール

【対象】徳島市に住民票がある小学生とその保護者

(医師から運動制限を受けている人は除く。1人の子どもにつき保護者1人。対象年齢以外の子どもを連れての参加はできません)

【定員】20組(先着) **【参加費】**無料

【内容】▶エアロビクスにチャレンジ▶2人でできる楽しい運動▶長縄飛びをやってみよう▶食事・おやつクイズに挑戦

【準備物】運動しやすい服装・靴、タオル、水分補給用飲料

【申し込み方法】保健センター(☎656-0534)へ。同センター窓口でも受け付けます。



高齢者用肺炎球菌ワクチン接種を実施

ワクチンを接種すると、肺炎予防や肺炎にかかっても軽い症状で済む効果が期待されています。本年度実施する高齢者用肺炎球菌ワクチン接種の対象となる人は次のとおりです。

【対象】▶65歳(昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ)▶70歳(昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ)▶75歳(昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ)▶80歳(昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ)▶85歳(昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ)▶90歳(大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ)▶95歳(大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ)▶100歳(大正5年4月2日～大正6年4月1日生まれ)——の人(対象者には個人通知しています)▶60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器などに重い病気がある人(接種前に保健センターへお問い合わせください)※これまでに肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌荚膜ポリサッカライドワクチン)の接種を受けたことがある人は除く

【接種回数】1回 **【接種期間】**平成29年3月31日(金)まで

【接種場所】委託医療機関

【自己負担金】4,000円※生活保護世帯に属する人は無料

※肺炎球菌の定期接種は65歳の人を対象ですが、平成26年度から5年間は、経過措置として当該年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人が1人1回対象になります。該当年度に個人通知します。

【問い合わせ先】保健センター(☎656-0540)

7月の子育て施設インフォメーション

| | | |
|---|---|---|
| 親子ふれあいプラザ (ふれあい健康館1階) ☎657-0065 開館時間9:00～18:00(日・祝日は16:00まで)月曜休館 | 子育て安心ステーション (アミコビル5階) ☎654-4460 開館時間9:30～18:00 火曜休館 | 商店街子育てほっとスペース 「すきっぷ」(籠屋町1) ☎626-5454 開館時間10:00～16:00 水曜、第1・3日曜、祝日休館 |
| 風鈴をつくるう♪★ 7月1日(金)10:30～11:00 | 0歳からのコンサート「七夕」 7月3日(日)10:30～11:30 | うたの日 7月4日(月)11:30～12:00 |
| 親子であそぼう★ 7月13日(水)10:30～11:00 | 親子折り紙教室「七夕飾り」 7月3日(日)13:30～15:00 | ふたごちゃんみつごちゃんデー 7月5日(火)10:30～11:30 |
| 子育てカウンセリング※ 講師は臨床心理士の森隆子さん 7月20日(水)11:00～15:00 | ベビーとママのリフレッシュ講座※ 7月7日(木)10:30～11:30 | 寒川伊佐男先生の育児講座 7月8日(金)14:30～15:30 |
| 親子でマジックを楽しもう!★ 7月23日(土)10:30～11:20 | 専門家に学ぶ子育て講座「乳幼児期のことばの発達」※ 7月8日(金)10:00～11:30 | マタニティーデー&おっぱいの日 7月15日(金)10:30～11:30 |
| 7月生まれのお誕生会※ 7月27日(水)(1歳対象) 7月28日(木)(2歳以上) 時間はいずれも10:30～11:00 | 食育講座「食べてくれないお悩み解決!」※ 7月11日(月)10:00～11:30 | 転勤族ママの日 7月26日(火)10:30～11:30、 14:30～15:30 |

※は要申し込み、★は先着30人。詳しくは市ホームページをご覧ください

在宅育児家庭相談室(土・日・祝日休み)



| | |
|---|--|
| 津田保育所「あっぷ」 ☎662-0246 | 国府保育所「あいあい」 ☎642-3656 |
| プレママ・パパ講座「ミニコンサート」 7月5日(火)10:30～11:30 | 助産師さんのおっぱい相談 7月12日(火)13:30～15:00 |
| 子育て講座「アレルギーについて」 7月14日(木)13:30～14:30 | 保健師さんの育児相談※要予約(当日可) 7月15日(金)13:30～15:00 |
| 保健師さんの育児相談※要予約(当日可) 7月27日(水)13:30～15:00 | おでかけ保育「おはなし、うたあそび」 7月26日(火)11:00～11:30 |
| 親子の広場「誕生会」 7月28日(木)10:45～11:15 | 親子の広場「誕生会」 7月28日(木)10:45～11:15 |
| 城西保育所「わおん」 ☎634-3105 | 丈六保育所「あーち」 ☎645-1031 |
| 親子の広場「七夕飾りをつくるう」 7月5日(火)10:30～11:30 | プレママ・パパ講座「ルーチェさんによるミニコンサート」 7月14日(木)10:30～11:30 |
| 親子の広場「水あそび」 7月8日(金)・15日(金)・26日(火)13:30～14:30 | 保健師さんの育児相談※要予約(当日可) 7月22日(金)10:00～11:30 |
| 親子の広場「身体測定」 7月22日(金)13:30～15:00 | 親子の広場「身体測定」 7月25日(月) 10:00～11:30、13:30～15:00 |
| 親子の広場「誕生会」 7月28日(木)10:45～11:15 | 親子の広場「誕生会」 7月28日(木)10:45～11:15 |

シビックセンターで開催する「シビックプレミアムコンサート」の出演者を募集します

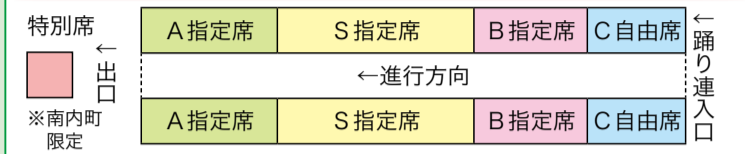
シビックセンターで開催する「シビックプレミアムコンサート」の出演者を募集します。コンサートでは、クラシック音楽を曲の鑑賞ポイントなどの楽しさを伝える演奏を募集します。



2016年 阿波おどりチケット 7月1日(金) 10:00~ 全国一斉に発売開始

有料演舞場 (市役所前・藍場浜・紺屋町・南内町) 8/12(金)~15日(月)第1部=18:00~20:00、第2部=20:30~22:30

Table with columns: 席名, 前売り料金, 当日料金. Rows include S指定席, A指定席, B指定席, C自由席, and 特別席(指定席).



選抜阿波おどり大会

昨夜祭=8/11(祝) (アスティとくしま) 選抜=8/12(金)~15日(月) (あわぎんホール)

Table with columns: 会場, 時間, 区分, 前売り料金, 当日料金. Rows include アスティとくしま and あわぎんホール.

チケットの販売方法

1回の購入限度枚数は1人1公演12枚(昨夜祭・選抜は5枚) ●インターネットでの販売 ●電話予約による受付販売

Table with columns: チケットびあ, ローソンチケット. Rows include 販売期間, 電話番号, 引取場所.

徳島城博物館夏の企画展

「最後の殿様—蜂須賀茂韶—」を開催

江戸時代の終焉を見届けた徳島藩第14代藩主・蜂須賀茂韶を特集する展覧会を開催します。

【とき】6月18日(土)~8月15日(月)9:30~17:00 (入館は16:30まで)

- 記念講演会 ①「最後の殿様—蜂須賀茂韶—」 ②「戊辰戦争期京都での茂韶の日々—新発見史料『太守様御在京中言継帳』を読む—」



■同館学芸員による展示解説 【とき】7月9日(土)、23日(日)各日14:00~15:00

【休館日】月曜日(7月18日、8月15日は開館)、7月19日(火) 【入館料】大人300円、高校・大学生200円、中学生以下無料

ひょうたん島川の駅連絡会 イベントニュース

Table with columns: イベント名, とき, ところ, 内容・参加費など, 申し込み・問い合わせ先.

週末はまち歩きしよう! とくしま観光ガイドボランティアがご案内

徳島市内中心部の観光スポットを巡る「まち歩きガイドツアー」を、毎週末開催します。



移動図書館【いずみ号】 7~9月巡回日

Table with columns: 月日, 駐車場所, 時間. Multiple rows listing library routes and schedules.

5月の予約ランキング

- 一般図書 1. 嫌われる勇氣 2. 羊と鋼の森 3. ユートピア 4. 向田理髮店 5. ポイズンドーター・ホーリーマザー

7月のおはなしのへや

7月のおはなしのへやの開催内容と申し込み方法。対象年齢、所要時間、所要場所などの詳細が記載されています。



✓製容器包装ごみへ)▶中を水で軽くすすぐ—を再度徹底した上で、缶・びん・ペットボトルの日に出すように、ご協力をお願いします。
市 民 環 境 政 策 課(☎621-5202)

振り込め詐欺にご注意ください

医療費や保険料の還付金の手続きを装って、市職員や銀行員をかたり、電話でATM(現金自動預払機)を操作させ現金をだまし取る「振り込め詐欺」が発生しています。
 十分にご注意ください。
 ▶市役所職員が還付金などの振り込みを電話で案内し、ATMの操作をお願いすることは絶対にありません。
 ▶被害にあわないため、還付金などの電話は一旦電話を切って、必ず家族や市役所などに確認を行いましょう。
保 険 年 金 課(☎621-5159)、**市 民 生 活 課**(☎621-5130)、**警 察 総 合 相 談 セ ン タ ー**(☎#9110、653-9110)

徳島市公式SNSをご利用ください

徳島市は、SNS(ソーシャル・ネットワーク・サービス)のフェイスブックやツイッター、ユーチューブで情報を発信しています。
 市のイベント情報や観光情報、市の施策やお知らせなどをわかりやすくお伝えしています。

皆さんぜひ「いいね」や「フォロー」をお願いします。

広 報 広 聴 課(☎621-5091)

声の広報をお届けします

広報とくしまの内容を録音したカセットテープを毎月1回、視覚障害者がお住まいの世帯へ無料でお届けしています。希望される人はお問い合わせください。

広 報 広 聴 課(☎621-5091)

成年後見制度の無料相談

▶弁護士相談=7月13日(水)、8月10日(水)の各日13:00~16:00(要予約)▶一般相談=月曜~金曜8:30~17:00
場 成 年 後 見 支 援 セ ン タ ー(沖浜東2)
同 セ ン タ ー(☎679-4100)

企 画 政 策 課(☎621-5085)

無料調停相談所を開設

▶7月7日(木)13:00~16:30
場 あ わ ぎ ん ホ ー ル 4 階 第 2 会 議 室 調停委員による民事問題(土地建物、交通事故、金銭貸借など)や家事問題(離婚・相続、親子関係など)の無料相談。

徳 島 調 停 協 会(☎626-1587)

徳島市の在宅医療と介護パンフレットを作成

病気や障害による療養方法の一つとして、病院ではなく自宅など住み慣れた場所で療養生活を送ることができる「在宅医療」が今、注目されています。
 そこで、在宅医療に関する

相談窓口や在宅医療に携わるさまざまな職種の役割を紹介するパンフレット「とくしま市の在宅医療と介護」を作成しました。

市役所1階案内や各支所などで配布していますので、在宅医療を知るきっかけとしてご活用ください。

徳 島 市 在 宅 医 療 支 援 セ ン タ ー(☎625-3960)

徳島ヴォルティス ホームゲームスケジュール

場 鳴 門 ・ 大 塚 ス ポ ー ツ パ ー ク ポ カ リ ス エ ッ ト ス タ ジ ア ム

| 開催日 | キックオフ | 対戦チーム |
|---------|-------|-----------|
| 6/26(日) | 18:00 | ツエーゲン金沢 |
| 7/3(日) | 18:00 | V・ファーレン長崎 |
| 7/16(土) | 18:00 | 京都サンガF.C. |

企 画 政 策 課(☎621-5085)

不用品活用

【譲ります】品名(保有年数)

▶デジタル固定電話子機付き(3年)▶带状おんぶひも(10年)※いずれも無償

▶6月20日(月)までに、はがきに〈希望の品(1人1枚1品目)/住所/名前/電話番号〉を書いて、消費生活センター(〒770-0834 元町1-24 アミコビル3階 ☎625-2326)へ。6月23日(木)に抽選を行い、当選者だけにご連絡します。

6月は軽自動車税の納期月です
 納期限は6月30日(木)

7月の無料相談

市内在住の人を対象に、さまざまなお悩みや疑問にお答えする無料の相談窓口があります。



■生活の相談 ■こころの相談 ■からだの相談 ()内は対象

暮らしの相談 (市内在住の人)

◆さわやか窓口相談室(市役所1階) ☎621-5200・5129

| | | |
|---------------|---------------------|-------------|
| 弁護士(注1) | 毎週水曜、8日(金) (予約制) | 13:00~16:00 |
| 公証人(相続・遺言など) | 19日(火) | 13:00~16:00 |
| 司法書士 | 毎週月・水・金曜 | 10:00~12:00 |
| 土地家屋調査士 | 7・21日(木) | 10:00~12:00 |
| 社会保険労務士(年金相談) | 14日(木) | 13:00~16:00 |
| 行政書士 | 毎週火曜 | 10:00~12:00 |
| 住まいづくり | 28日(木) | 10:00~13:00 |
| 行政相談委員(注2) | 4日(月) | 13:00~15:00 |
| 交通事故 | 毎週月・水・金曜 | 9:00~15:30 |
| 心配ごと(家庭の悩みなど) | 毎週月~金曜 | 8:30~17:00 |

(注1)弁護士相談は予約制で7月6日(水)8:30から電話で予約を受け付けます(先着)。弁護士相談実施日は7月8日、13日、20日、27日、8月3日(各日6人で1人30分以内)です。

(注2)行政相談委員相談はふれあい健康館1階相談室でも実施。

【とき】7月20日(水)13:00~15:00

消費生活相談 (市内在住の人)

◆消費生活センター(アミコビル3階) ☎625-2326

| | |
|--------|--|
| 消費生活相談 | 10:00~18:00(受け付けは17:00まで) [休]火曜、祝日、年末年始 |
|--------|--|

女と男生き方相談 (市内在住・在勤・在学の人)

◆女性センター(アミコビル4階) ☎624-2613

| | | |
|------------------------------|---------------------------------|-------------|
| 一般相談・カウンセリング [電話・面談(要予約)] | 10:00~17:00 [休]日曜、火曜、祝日、年末年始 | |
| 夜間相談 [電話、面談ともに要予約] | 6・13・20日(水) 1・8・15日(金) | 18:00~20:00 |

※託児(1歳~就学前。無料。3日前までに要予約。)男性も利用可。

人権相談 (市内在住の人)

◆人権推進課相談室(市役所2階) ☎621-5040・5169

| | | |
|---------------|----------|-------------|
| 人権擁護委員による人権相談 | 5・19日(火) | 13:30~16:00 |
|---------------|----------|-------------|

医師による相談 (市内在住の人)

| | | | |
|--------------------------|--------|-------------|--------------------|
| 健康相談・COPD予防 相談・禁煙支援相談 | 12日(火) | 13:00~15:00 | [要予約] ☎656-0534 |
| もの忘れ予防相談 | 20日(水) | 9:30~11:30 | |
| 歯科医師相談 | 21日(木) | 13:00~15:00 | |
| 糖尿病予防相談 | 26日(火) | 13:00~15:00 | |

保健師による相談 (市内在住の人)

| | | | |
|------|----------------------|---------------------------|-------------------------------------|
| 健康相談 | 毎週月~金曜 [休]祝日、年末年始 | 9:00~12:00 13:00~16:00 | [要予約]成人相談☎656-0534 母子相談☎656-0532 |
|------|----------------------|---------------------------|-------------------------------------|

管理栄養士による相談 (市内在住の人)

| | | | |
|------|----------------------|---------------------------|--------------------|
| 栄養相談 | 毎週月~金曜 [休]祝日、年末年始 | 9:00~12:00 13:00~16:00 | [要予約] ☎656-0534 |
|------|----------------------|---------------------------|--------------------|

健康運動指導士による相談 (市内在住の人)

| | | | |
|------|----------------------|---------------------------|--------------------|
| 運動相談 | 毎週月~金曜 [休]祝日、年末年始 | 9:00~12:00 13:00~15:00 | [要予約] ☎656-0534 |
|------|----------------------|---------------------------|--------------------|

歯科衛生士による相談 (市内在住の人)

| | | | |
|--------|--------------------|---------------------------|--------------------|
| 歯科保健相談 | 毎週金曜 [休]祝日、年末年始 | 9:00~12:00 13:00~15:00 | [要予約] ☎656-0534 |
|--------|--------------------|---------------------------|--------------------|

◆からだの相談は全て保健センター(ふれあい健康館内)

とくしま植物園の各教室の参加者を募集します

■サタデー☆サンデー教室

【とき】7月16日(土)
13:00~15:00

【内容】「夏の玄関を飾る寄せ植え」

【定員】25人(応募多数の場合は抽選)

【参加費】3,000円

■夏休み子ども

ドライフラワー

アレンジメント教室

【とき】7月21日(木)

10:00~12:00



【内容】布ボードアート

【定員】小・中学生15人

【参加費】500円

■夏休み子ども自然体験教室

【とき】7月23日(土)

9:30~12:00

【内容】竹切りから始める竹工作(水鉄砲・竹ぼっくり)

と昆虫探し

※運動靴・長袖・長ズボンが必要です

【定員】小・中学生30人

【参加費】300円



【対象】市内在住・在勤・在学の人

【申し込み方法】6月25日(土)(消印有効)までに、はがきに〈教室名/住所/名前/電話番号〉を書いて、とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 渋野町入道45-1 ☎636-3131)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。

広告 **車** もっと手軽に **新車に乗ろう!** **頭金0円** 9年リース 月々均等108回払いなら **1万円台~** 全車 税金・登録料コミコミ 最新の車の選び方!

林自動車国道店 TEL:088-623-0884 徳島市佐古二番町7-7 [休]火曜日

林自動車本店 TEL:088-631-6685 徳島市北佐古二番町4-44 [休]日・祝日

お見積ご予約 ▶ 国道店/0120-884-233 本店/0120-336-558

広告 **土曜日営業** **こんな困りごとありませんか?** **住宅ローン 不動産 相続財産 相続放棄 遺言作成 生前贈与** **無料相談実施中** 相談会概要 相続や遺言・借金・登記に関する問題を当事務所にて司法書士が親身に問題解決の道筋をアドバイスさせていただきます。

まずはご予約! ☎0120-120-993 受付時間 平日 9:00~18:00 土 9:00~17:00 ※土曜日は徳島事務所のみ

司法書士法人・行政書士・ファイナンシャルプランナー 徳島県司法書士会所属 登録番号 294号 徳島事務所/徳島市東大町1丁目19番地 海南事務所/海部郡海陽町大字宇尾ノ原36-2 朝陽事務所/吉野川市朝陽町東米字宮北485番地1

小笠原合同事務所 Ogasawara Office 阿波おどり会館から徒歩2分

INFORMATION

とくしま 掲示板

募集

市立保育所の臨時保育士

市立保育所に勤務する臨時保育士を若干名募集します。採用は随時。日給など詳しくは、お問い合わせください。

●保育士証を持つ人
●履歴書を持って、子ども施設課(市役所南館2階 ☎621-5195)へ

応急手当の実技講習会

●6月19日(日)13:00~16:00 西消防署(庄町1) 人
工呼吸法、胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)の取り扱いなど
●西消防署(☎631-0119)、東消防署(☎656-1195)



小松海岸クリーン大作戦

小松海岸(川内町旭野)で清掃活動を行うボランティアを募集します。

●7月9日(土)9:30~10:30 (小雨決行・順延なし)
●7月7日(日)(必着)までに、電話またはファクスで〈名前/電話番号/参加人数〉をまちづくり推進課(☎621-5270 ☎621-5273)へ★電子申請可

小松海岸(川内町旭野)で清掃活動を行うボランティアを募集します。

日…日時 場…場所 内…内容 対…対象者 員…定員 費…費用(表記なしは無料) 準…準備物 申…申し込み方法 問…問い合わせ先
☎…電話番号 / ☎…ファクス / HP…ホームページ / ✉…メールアドレス / ★電子申請可…市ホームページ「電子申請」から申し込み可

好古楽倶楽部 「土器を作ってみよう」

●7月10日(日)13:00~16:00
●考古資料館 粘土をこねて土器を作ります※作品は資料館で焼成後、8月末にお渡しします 小学生以上(小学生は保護者同伴) ●30人(先着) ※要申し込み
●同館(☎637-2526)

人権教育・啓発専門講座

●下表のとおり

| 開催日 | テーマ |
|-----------|-----------------|
| 7月21日(日) | 外国人の人権問題 |
| 8月1日(月) | 同和問題 |
| 9月15日(日) | 子どもの人権問題 |
| 10月13日(日) | 「ひとすまいまのバリアフリー」 |
| 11月28日(月) | インターネットによる人権侵害 |
| 12月12日(月) | 高齢者の人権問題 |
| 1月23日(月) | 身近な人権問題 |

時間は各日13:30~15:00
※11月28日のみ10:00~11:30
●ホテル千秋閣(幸町3)など
●市民※詳しくはお問い合わせください
●7月4日(月)までに、人権推進課(☎621-5167)へ

ふれあいパソコン はがき作成講座

●7月13日(水) 9:30~12:30
●ふれあい健康館 ●5人(先着) ●4,500円 (教材費500円が別途必要)
●はがきに〈講座名/住所/名前/年齢/電話番号〉を書いて、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0194)へ★電子申請可

藤(トウ)ですてきな小物を編みませんか

●7月13日(水)・27日(水)、8月10日(水)・24日(水)、9月14日(水)・28日(水)各日13:00~15:00
●ふれあい健康館1階セミ

ナールーム ●15人(先着) ●3,600円(教材費2,000円が別途必要) ●エプロン、タオル(不要なもの)、手芸用ハサミ(持っている人)、メモ用紙、筆記用具
●7月6日(水)までに、同館(☎657-0197)へ

催し

ニュースポーツのつどい

●6月25日(土)9:00~12:00
●内町小学校体育館・グラウンド 内ペタンクとカローリング 対市民 準カローリング参加者は体育館シューズ
●スポーツ振興課(☎621-5427)

考古学入門講座

●6月25日(土)14:00~16:00
●考古資料館 内「青石の考古学」をテーマに、徳島大学大学院総合科学研究部准教授の中村豊さんが講演 ●80人(先着) ※直接会場へお越しください
●同館(☎637-2526)

エンジョイ・イングリッシュ

●6月26日(日)10:00~10:50
●とくぎんトモニプラザ6階和室内 外国人の先生に英語の絵本を読んでもらったり、歌を歌ったり、ゲームをしたりして遊びます 小学生以下の子ども
●徳島市国際交流協会(☎622-6066)

お知らせ

求職者支援制度をご存じですか？

求職者支援制度は、雇用保険を受給できない求職者を対象に、職業訓練(介護・パソコン・医療事務)などを通じて、

早期就職を支援する制度です。訓練の受講に関する説明会を次のとおり開催します。

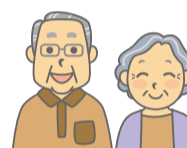
▶求職者支援訓練受講説明会
●7月6日(水)・20日(水)、8月3日(水)・24日(水)、9月7日(水)・21日(水)の各日10:00~11:40(予約不要) ●徳島公共職業安定所(出来島本町1)
●同所(☎622-6374)

労働保険の年度更新のお知らせ

平成28年度の労働保険の年度更新は、7月11日(月)までとなっています。平成27年度分の確定保険料と、平成28年度分の概算保険料の申告・納付手続きを、「労働保険確定・概算保険料申告書」により行ってください。
●徳島労働局労働保険徴収室(☎652-9143)

ゆとりある老後のために年金基金をご利用ください

国民年金基金は、自営業者などの国民年金第1号被保険者が、安心して老後を過ごせるように、老齢基礎年金に上乘せする公的な年金制度です。掛け金が全額社会保険料控除の対象になるなど、税制上の優遇措置があります。また、日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している人も加入できるようになりました。詳しくは、県国民年金基金(☎0120-65-4192)へお問い合わせください。
▶相談コーナーを設置
●6月30日(日)9:00~17:00
●保険年金課11番窓口(市役



所1階) 同課(☎621-5162)

市税などの納付は便利な口座振替をご利用ください

口座振替できるのは①固定資産税②市・県民税(公的年金・給与からの天引き分を除く)③軽自動車税(同一名義分は全て対象)④国民健康保険料⑤後期高齢者医療保険料⑥市営住宅使用料等⑦介護保険料(特別徴収を除く)
●預貯金通帳とその印鑑、平成28年度分の納税(納入)通知書を持って、振替を希望する口座のある取扱金融機関(通知書に記載)の窓口で手続きをしてください。
●①②③納税課(☎621-5079)、④⑤保険年金課(☎621-5384)、⑥住宅課(☎621-5286)⑦介護・ながいき課(☎621-5582)

ペットボトルは資源です！出し方に注意をしましょう！

ペットボトルをゴミに出すときは、キャップをはずし、中を軽くすすいでもらうようお願いしていますが、まだキャップが付いたままのペットボトルが多く見受けられます。家庭から排出されたペットボトルは、再生事業者によりリサイクルされ、スーツや卵のパックなどの新しい製品に生まれ変わっています。キャップがはずされていないと、こうしたリサイクルをする際に支障が生じます。ペットボトルを出すときは、キャップをはずす(はずしたキャップはプラスチック)



ふれあい健康館 生涯学習短期特別講座の受講生を募集します

| 日時 | 講座名 | 定員(抽選)、受講料、準備物など |
|---------------------------------------|-----------------------------|---|
| 6/30(木) 10:00~12:00 | 豆腐料理 | 36人。受講料600円・材料費800円。エプロン、布巾、三角巾 |
| 7/4・25、8/8・22、9/5・12(月) 10:00~10:40 | ベビーとママの Let's enjoy English | 生後6カ月~1歳半までの子どもと保護者10組。受講料3,600円(6回分)・教材費2,500円(6回分)。 |
| 7/9・23、8/6・27、9/10・24(土) 10:00~12:00 | 万病解消！足もみ教室 | 30人。受講料3,600円(6回分)・材料費700円(6回分)。白湯、バスタオル、足もみ棒(持っている人) |
| 7/9(土) 13:00~15:00 | 親子でハンバーガーを作る | 4歳以上の子どもと保護者20組。受講料600円・材料費1,400円。エプロン、布巾、三角巾 |
| 7/16・30、8/6・27、9/10・24(土) 13:30~14:30 | 親子でフラダンス | 4~12歳の女の子と保護者20組。受講料3,600円(6回分)。動きやすい服装 |

【申し込み方法】講座開始日の10日前(必着)までに、はがき(1枚1講座)に〈講座名/住所/名前/性別/年齢/電話番号〉を書いて、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0194)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。

6月22日市内一斉緊急情報伝達試験を実施

同報無線設備や徳島市防災ラジオなどを用いて市内一斉に緊急情報の伝達試験を行います。
【とき】6月22日(水)12:30から※12:15から事前広報を行います。
【情報伝達手段】▷徳島市防災ラジオ=大音量で音声自動的に流れます※放送中はラジオ本体の「緊急」ランプとLEDライトが点滅▷同報無線設備=市内48箇所に設置している同報無線設備の屋外拡声子局から音声流れます▷ケーブルテレビの放送=ケーブルテレビ徳島(122ch)、国府CATV(112ch)で放送▷エフエムびざんを聴取中のラジオ=通常の音量で音声流れます。(放送内容)チャイム+「これはテストです」×3回+チャイム▷NET119緊急通報システム=登録者へ試験メール「これはテスト送信です。応答の必要はありません」※災害や気象状況などにより試験を中止する場合あり。
【問い合わせ先】消防局通信指令課(☎656-1190 ☎656-1202)

ひょうたん島周遊船を運航しています

新町川を守る会では、新町川と助任川に囲まれた「ひょうたん島」を1周できる周遊船を新町川水際公園の浮棧橋(両国橋北側)を起点に運航しています。
【運航日】原則毎日(1月1日を除く)で、運航時間は11:00から40分おき(最終15:40)に運航。7・8月は17:00から40分おき(最終19:40)にも運航。阿波おどり期間中(8月12~15日)は9:00~22:00の間、随時運航します。※天候や潮位などにより、運航コースを変更したり運航を中止したりする場合があります。
【料金】無料※ただし保険料200円(中学生以下100円)が必要
【問い合わせ先】新町川を守る会(☎090-3783-2084)、観光課(☎621-5232)



（1926）年に配水場が完
 設の方針を発表しました。
 それから17年後の大正15
 42（1909）年、水道布
 苦しんでいた徳島市は明治
 フスなどの伝染病の流行に
 井戸水による赤痢や腸チ
 ね」と笑っていました。

大正末期の美しい赤レンガの建物
 南佐古六番町に赤レンガ
 造りの建物が並ぶ施設があ
 ります。これが大正15（1
 926）年の近代水道開設
 にあわせて建設された「佐
 古配水場」。一番大きな建物
 がポンプ場で、イギリス積
 みレンガの外壁、縦長のアー
 チ窓など古典様式風の意匠
 が印象的。近所の女性は「こ
 んな家に住んでみたいで
 ね」と笑っていました。
 井戸水による赤痢や腸チ
 フスなどの伝染病の流行に
 苦しんでいた徳島市は明治
 42（1909）年、水道布
 設の方針を発表しました。
 それから17年後の大正15
 （1926）年に配水場が完
 成し、給水を開始しました。
 ポンプ場は平成7年まで約
 70年間利用されました。
 ポンプ場、集合井、源水
 井の3棟は国の登録有形文
 化財に指定され、厚生労働
 省の「近代水道百選」にも
 選ばれています。
 なお、配水場の門扉は普
 段は施錠されています。



【問い合わせ先】
 水道局浄水課（☎674-1334）

毎日野菜 **+100g!** らくしょう
いつもの野菜 de 楽笑レシピ 最終回

もやしとにんじんのナムル

モヤシ

材料/1人分

| | |
|------|--------|
| モヤシ | 100g |
| ニンジン | 50g |
| 塩 | 少々 |
| こしょう | 少々 |
| ごま油 | 大さじ1/2 |
| すりごま | 小さじ1/2 |

[1人分162kcal 塩分0.3g]

作り方

- ①ニンジンはスライサーなどで千切りにする。
- ②鍋でニンジン、モヤシの順にゆでる。
- ③ゆで上がったたら水けを十分に切り、塩、こしょう、ごま油、すりごまを入れて混ぜ合わせる。

楽笑memo

モヤシは豆を暗所で発芽させたもので、原料の豆により「緑豆モヤシ」「大豆モヤシ」「ブラックマッペ(ケツルアズキの種子を発芽させたもの)」の3種類が主に流通しています。栄養が少ないと思われがちですが、食物繊維が豊富で、カリウムやビタミンなども含まれています。年間を通して安定的に供給されており、家計にもうれしい野菜です。

【問い合わせ先】
 保健センター（☎656-0529）

応募いただいたレシピやおすすめレシピを紹介します



こども競技かるた 県王座決定戦

ゴールデンウィーク子ども体験学習事業の一環として5月4日、徳島城博物館で「こども競技かるた 県王座決定戦 個人戦」を開催。小学生から大学生まで34人が、初心者、小中学生、高校・大学生の3部門に分かれて百人一首で熱戦を繰り広げました。



徳島市戦没者追悼式

明治以来の大戦で犠牲となった6,793人の戦没者を悼む「平成28年度徳島市戦没者追悼式」を5月23日、あわぎんホールで開催し、遺族や関係者約240人が参列しました。遠藤彰良市長が天皇陛下のおことばを伝達し、献花を行いました。



小松海水浴場の水質を検査

海水浴シーズンを控え、川内町の小松海岸沖で5月12日、水質検査を行いました。海岸から約100m沖の2カ所で透明度や油膜の有無などを確認したほか、専門機関で分析するために海水を採取しました。



母をたたえる会

5月13日、あわぎんホールで「母をたたえる会」を開催し、子育てや婦人会活動に尽力した女性16人に感謝状を贈呈。遠藤彰良市長は祝辞で「今後とも、地域の母として温かい地域社会づくりのためにご活躍されることを期待しています」と述べました。



水害に備え水防訓練

水害が起こりやすい時季を前に、川内町の小松海岸で5月15日、水防訓練を実施。消防署員と消防団員合わせて約320人がグループに分かれ、現場の状況に応じたさまざまな水防工法を実践し、水防技術の習熟を図りました。