



広報

とくしま

トピックス

平成30年度
決算の概要 (2面)
●徳島県・徳島市合同公売会を開催(3面)
●インフォメーション(4~7面)
おしらせ、イベント情報など

令和元年11月1日現在(前月比) 人口/253,010人(+26) 男/120,117人(+37) 女/132,893人(-11) 世帯数/120,013世帯(+86) 面積/191.39km²

レイリア市との姉妹都市提携50周年



徳島市は、ことし10月、ポルトガル共和国レイリア市との姉妹都市提携50周年を迎えました。この節目の年に、レイリア市に親善訪問団を派遣したほか、さまざまな記念事業を行います。

△レイリア市長を表敬訪問



△親善訪問団を歓迎する第6小学校児童



△レイリア市民によるフォークダンス



△とくしま通り新プレート除幕式

ポルトガル共和国レイリア市

首都リスボンから北西へ約150キロ、人口約12万人で面積459平方キロの都市。街を臨む高台に中世のレイリア城がたたずみ、レンガ色の屋根と白い壁の家々が歴史的な面影を残す。



▲丘の上にたたずむレイリア城

姉妹都市提携の経緯

亡き妻のふるさと徳島を愛し、徳島でその生涯を終えたポルトガルの文人ヴェンセスラウ・デ・モラエスが縁となり、昭和44年10月15日に、日本とポルトガル共和国との間では初めてとなる姉妹都市を提携しました。

親善訪問団を派遣

10月5日から13日まで、徳島日本ポルトガル協会をはじめとする関係団体で組織した32人の親善訪問団をレイリア市に派遣しました。訪問団は、レイリア市長を表敬訪問し、姉妹都市提携を祝う動画(右下の二次元コードを参照)などを贈呈しました。また、新町小学校の姉妹校である第6小学校を訪問したほか、「とくしま通り」の新プレート除幕式やあわ工芸座による人形浄瑠璃の公演、徳島市を紹介する市民作品展の開催など、幅広い交流を行いました。



璃の公演、徳島市を紹介する市民作品展の開催など、幅広い交流を行いました。

ポルトガル&レイリア・ウィーク開催

ポルトガル共和国やレイリア市について、市民の皆さんに身近に感じていただくために、各種イベントを開催します。

■姉妹都市提携50周年記念展

- ▶両市の交流の歴史、ポルトガル共和国やレイリア市の紹介▶日本におけるポルトガルアート▶レイリア市で展示された新町小学校児童の作品——などに関する展示をします。

【とき】11月24日(日)~29日(金)

【ところ】アミコビル3階シビックセンターギャラリー

※期間中、会場にて記念誌「50周年を迎えて」を配布します。そのほか、音楽イベントやモラエス著書の朗読会、公開講座を開催します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

しくは、市ホームページをご覧ください。



■ポルトガル文学展

市立図書館所蔵のポルトガルにまつわる文学・事典・絵本などを展示しています。

【とき】11月30日(土)まで

【ところ】徳島市立図書館

■エンジョイ・ポルトガル

ポルトガルの絵本「はしれ!カボチャ」を英語教師と一緒に読みます。

【とき】11月24日(日)10:00~10:50

【ところ】とくぎんトモニプラザ6階和室

【対象】小学生以下(幼児は保護者同伴)

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【問い合わせ先】▶記念展=総務課(☎621-5017)▶文学展=徳島市立図書館(☎654-4421)▶エンジョイ・ポルトガル=徳島市国際交流協会(☎622-6066)

City Event Topics 10月

1 [火] 市政のさらなる発展を祈念して



徳島市役所で置市130周年記念式典を開催。遠藤市長は「市の発展に尽力いただいた皆さまに感謝します」と式辞を述べ、市政功労者と地域貢献高齢者の表彰を行いました。

6 [日] 釣りを通して学ぶ河川環境の大切さ



吉野川河口から名田橋の間を会場にファミリーハゼ釣り大会を開催。家族連れなど225人が釣り上げたハゼ10匹までの重量で競い、大会後は清掃活動を行いました。

20 [日] 花と緑で町を明るく華やかに



両国橋西公園一帯で緑化フェアを開催。水と緑の基金に募金した人への花苗プレゼントやe colorリーダー会による木の实工作など多彩な催しを行いました。

30 [水] 「食品ロス削減全国大会 in 徳島」開催



食品ロス削減に向けた全国的な機運を高めるため、市内のホテルで開催。約600人が参加し、先進事例発表やトークセッションを行いました。

平成30年度 決算の概要

市民の皆さんが納める税金や国・県からの補助金は、市民生活のためにさまざまな形で使われています。決算は、それらのお金が、皆さんの暮らしやまちづくりにどのように生かされたのかをまとめたものです。今号では平成30年度の決算の概要をお知らせします。

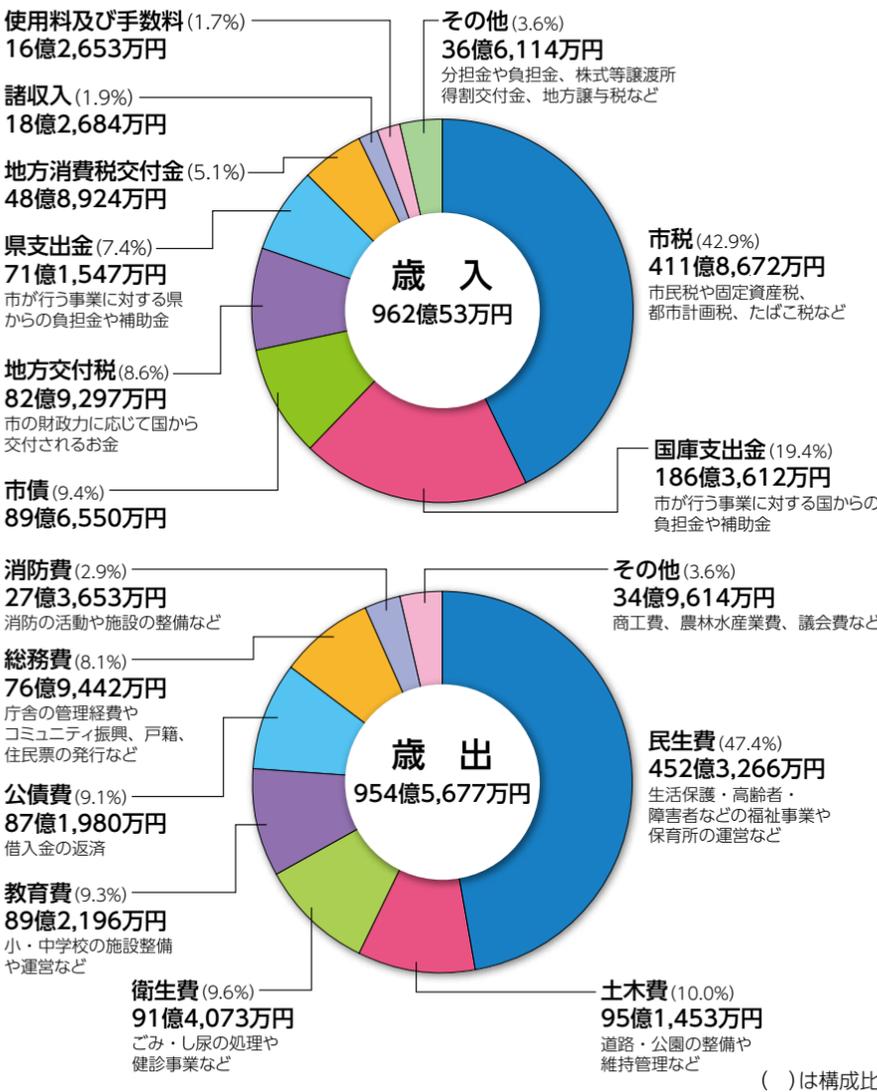
◆一般会計

「一般会計」は、福祉・教育など市民生活全般に関わる基本的な事業を行う会計で、徳島市の会計の中心となるものです。

平成30年度の一般会計決算額は、歳入が962億53万円、歳出が954億5,677万円でした（下グラフ参照）。翌年度へ繰り越す事業に充てる財源を差し引いた「実質収支」は、4億812万円の黒字で、前年度の実質収支や財政調整基金への積み立てなどを除いた「実質単年度収支」では、2億4,177万円の黒字となりました。

また、市の貯金である財政調整基金と減債基金残高は、平成30年度末で57億7,812万円と、前年度より1億862万円増加しています。

一方、地方債残高（一般家庭の借金にあたるもの）は、平成30年度末で990億2,899万円で、前年度より9億5,897万円増加しています。



◆特別会計

「特別会計」は、事業目的を限定し、保険料など特定の収入を財源として事業を行う場合に、経理を明確にするため一般会計と区別して設置した会計です。

特別会計全体の歳入総額は626億5,941万円、歳出総額は607億9,412万円、歳入歳出差引額は18億6,529万円の黒字となりました。これは、介護保険事業や国民健康保険事業などの黒字によるものです。

区分	歳入	歳出	歳入歳出差引額
国民健康保険事業	250億553万円	245億1,049万円	4億9,504万円
食肉センター事業	1億2,464万円	1億2,464万円	—
下水道事業	66億6,229万円	63億4,852万円	3億1,377万円 (1,859万円)
奨学事業	2,130万円	1,680万円	450万円
土地取得事業	10億837万円	10億837万円	—
住宅新築資金等貸付事業	672万円	672万円	—
介護保険事業	261億2,822万円	252億2,871万円	8億9,951万円
後期高齢者医療事業	37億234万円	35億4,987万円	1億5,247万円

※歳入歳出差引額欄の()は、翌年度へ繰り越す事業に充てる財源

◆企業会計

「企業会計」は、法律に基づき自治体が経営する企業の経理を明確にするために設置した会計です。

公営企業全体の決算規模は総収益が171億1,848万円、総費用が162億5,699万円で、純利益が8億6,149万円となりました。これは、水道事業や市民病院事業などの黒字によるものです。

区分	総収益	総費用	純利益(△純損失)
中央卸売市場事業	4億9,885万円	5億3,698万円	△3,813万円
商業観光施設事業	2億1,889万円	1億7,382万円	4,507万円
水道事業	50億8,000万円	43億8,525万円	6億9,475万円
旅客自動車運送事業	6億3,724万円	6億5,677万円	△1,953万円
市民病院事業	106億8,350万円	105億417万円	1億7,933万円

◆徳島市の財政指標

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、財政全般の健全化を判断する「健全化判断比率」や公営企業における「資金不足比率」などを公表します。

健全化判断比率については、全て早期健全化を判断する基準以内となっており、健全な状況にあります（図1参照）。

図1 健全化判断比率でみる徳島市の財政状況

指標	健全化判断基準	
	早期健全化基準	財政再生基準
★は徳島市 実質赤字比率 〈収入に対する一般会計などの実質的な赤字の割合〉 (4億円の黒字)	11.25%	20%
★は徳島市 連結実質赤字比率 〈収入に対する全会計の実質的な赤字の割合〉 (95億円の黒字)	16.25%	30%
★は徳島市 実質公債費比率 〈収入に対する借入金返済額の割合〉	6.5%	350%
★は徳島市 将来負担比率 〈収入に対して将来負担する負債の割合〉	72.9%	

また、資金不足比率においても、市の全ての公営企業において、資金不足は発生していません（図2参照）。

図2 公営企業の資金不足比率の状況

指標	健全化判断基準	
	健全財政	経営健全化基準
★は徳島市 資金不足比率	20%	

本市では、これまで行財政健全化や行財政力の強化に取り組んできました。しかし、市税収入の動向が不透明であることや急速に進む高齢化に伴う社会保障関係経費である扶助費が増加していることなどから、義務的経費は依然として高い水準で推移しています。

今後も人口減少や少子高齢化の進行など、本市を取り巻く環境が大きく変化するなかで、引き続き持続可能な質の高い市民サービスを提供するため、「行財政改革推進プラン」を着実に実施し、健全な行財政基盤の確立に取り組んでいきます。



【問い合わせ先】財政課 (☎621-5047)



徳島県・徳島市合同公売会を開催

徳島県と徳島市は、税負担の公平性を確保するため、差し押さえた財産の合同公売会を開催します。

リクライニングチェアや和たんすなどの家具・テレビ・健康器具・絵画・腕時計・貴金属など約120点の動産の公売を入札方式で行います。最低売却価額（見積価額）を相場より低く設定するため、手頃な価格となっています。

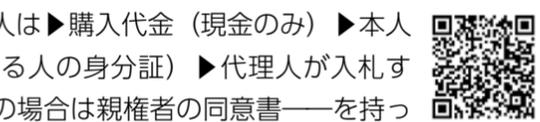
詳しくは市ホームページをご覧ください。

入札への参加を希望する人は▶購入代金（現金のみ）▶本人確認ができるもの（入札する人の身分証）▶代理人が入札する場合は委任状▶未成年者の場合は親権者の同意書——を持って、当日会場にお越しください。

【とき】11月24日(日)13:00開場※入札時間は14:00~14:20です。必ず入札前に受け付けを済ませてください。

【ところ】市役所13階大会議室※当日12:30~17:00は、市役所東駐車場（JR線路沿い）・南館地下駐車場が利用できますが、台数に限りがあるため、なるべく公共交通機関をご利用ください。

【問い合わせ先】納税課（☎621-5077・5078・5080）



成人式を開催

令和2年（令和元年度）の成人式を1月に各地区公民館の主催で行います。開催日などは表1のとおりです。※時間はいずれも10:00~

【対象】平成11年4月2日~平成12年4月1日生まれで、徳島市の住民基本台帳に登録されている人。対象者には各公民館から案内状を12月上旬までに送付します。案内状が届いていない人や該当地区以外での参加を希望する人など、参加についての相談は12月13日(金)までに各地区公民館へ

日	開催場所	電話番号	日	開催場所	電話番号
1(祝)	入田公民館	644-0323		川内公民館	665-3843
	応神公民館	641-4307		加茂公民館	632-7699
	渭東公民館	655-5093		加茂名公民館	631-1778
	住吉・城東公民館	656-6678		不動公民館	631-9649
	沖洲公民館	664-1675		国府公民館	642-1183
	佐古公民館	656-1635		南井上公民館	642-2774
3(金)	シビックセンター(内町地区)	654-4913(内町公民館)	12(日)	北井上公民館	642-1196
	西富田公民館(新町・西富田地区合同)	623-5482		東富田公民館	653-5867
	昭和公民館	623-1971		津田公民館	662-1942
	一宮公民館	644-1521		八万公民館南館	668-8192
11(土)	渭北公民館	622-0805		上八万公民館	668-6392
				丈六公民館(勝占・多家良地区合同)	表2のとおり

表2

お住まいの地域	問い合わせ先	電話番号
論田町、大原町	勝占東部公民館	663-1964
西須賀町、勝占町、三軒屋町、大松町、雑賀町	勝占中部公民館	669-1671
大谷町、北山町、方上町	方上公民館	669-1745
丈六町、多家良町吉田	丈六公民館	645-2182
多家良町(吉田を除く)、八多町	多家良中央公民館	645-1075
渋野町	渋野公民館	645-1180
飯谷町	飯谷公民館	645-0329

【問い合わせ先】各地区公民館または中央公民館（☎625-1900）

ピックアップ

徳島城博物館 冬の企画展などを開催

◆冬の企画展「阿波の水軍～森家と徳島藩～」

阿波は、水軍が活躍していた国として知られています。その一つである森家は、戦国時代に細川家・三好家に仕えてその水軍となり、その後、阿波を領した蜂須賀家政の重臣となりました。蜂須賀家は大阪の陣などで活躍しましたが、その原動力は水軍にあったといっても過言ではありません。



▲「蜂須賀家御船絵巻（御座船至徳丸）」徳島城博物館蔵

今回の企画展では、水軍の頭領森家と徳島藩蜂須賀家との関わりを明らかにし、水軍を通して江戸時代の徳島の歴史を振り返ります。

【とき】11月30日(土)~令和2年1月26日(日)各日9:30~17:00（入館は16:30まで）

【展示解説】12月15日(日)、1月12日(日)各日14:00~15:00

●記念講演会「徳島藩水軍森家の実像を探る」

本家「森甚五兵衛家」の御当主である森章夫さん、徳島城博物館根津寿夫館長による講演会。阿波水軍の歴史を分かりやすく解説します。

【とき】1月11日(土)13:30~16:00

◆能面展

現代を代表する能面師堀安右衛門の能面などを展示。

【とき】11月27日(水)~12月1日(日)各日9:30~17:00（入館は16:30まで）

◆観月能

仕舞と謡の披露。

【とき】12月1日(日)14:00~16:00



◆徳島れきし博士クイズラリー「徳島城の謎を探そう！」

徳島城跡・旧徳島城表御殿庭園・徳島城博物館のチェックポイントを巡りながら、歴史クイズにチャレンジ。参加賞あり。入賞者には記念品があります。



【とき】12月1日(日)10:00~11:30（受け付けは9:30~）

【対象】小・中学生 【定員】100人（先着）

【参加費】無料※保護者同伴の場合、高校生以上は入館料が必要。

【申し込み方法】電話またはファクスで、名前、学年、電話番号を徳島城博物館へ※定員に達していない場合は当日も受け付けます。

◆徳島歴史講座「海がつなぐ四国～海からみた四国の歴史と文化～」

古来、船を用いて本州、九州をはじめとした各地と交流をもち続けている四国の歴史と文化について探ります。

とき	内容
1月13日(祝) 13:30~15:00	「つなぐ備讃地域史～近世瀬戸内海運史研究の一視点～」 山本秀夫さん(岡山県立記録資料館資料集編纂専門員)
1月19日(日) 13:30~15:00	「瀬戸内海遊覧～大阪商船と鳥瞰図～」 甲斐未希子さん(愛媛県歴史文化博物館学芸員)
1月25日(土) 10:00~11:30	「海の参勤交代～蜂須賀家の海をめぐる歴史～」 根津寿夫(徳島城博物館館長)
2月2日(日) 10:00~11:30	「発掘からみる中世のつながり～紀伊水道をめぐる地域～」 池澤俊幸さん(高知県埋蔵文化財センター調査第3班長)

【定員】80人程度（抽選） 【参加費】2,000円（4回分・入館料込み）

【申し込み方法】12月22日(日)（必着）までに、はがきに「徳島歴史講座受講希望」と明記し、住所、名前、電話番号を書いて、徳島城博物館へ

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【入館料】大人300円、高校・大学生200円、中学生以下無料

【休館日】毎週月曜日（1月13日は開館）、年末年始（12月28日~1月2日）、1月14日

【問い合わせ先】徳島城博物館（〒770-0851 徳島町城内1-8 ☎656-2525 ☎656-2466）

掲示板

INFORMATION

お知らせ

徳島市インターネットアンケートを実施

市民の皆さんのご意見を市政に反映させるため、市HPでアンケートを行っていますのでご協力ください。



対 市内在住・在勤・在学の15歳以上の人

【テーマ】運動・スポーツ

【回答方法】令和2年1月10日(金)までに市HP「徳島市インターネットアンケート」回答フォームから回答してください。回答者の中から抽選で10人に500円分の図書カードを進呈



問 広報広聴課(☎621-5091)

年金生活者支援給付金の申請はお早めに

対象者には日本年金機構から通知が送られていますので、同封のはがきに必要事項を記入し12月中に手続きをお済ませください。

なお、市役所や日本年金機構などから口座番号をお聞きしたり、手数料などを求めたりすることはありません。これらを装った不審な電話などにご注意ください。

問 給付金専用ダイヤル(☎0570-05-4092)、保険年金課(☎621-5162)

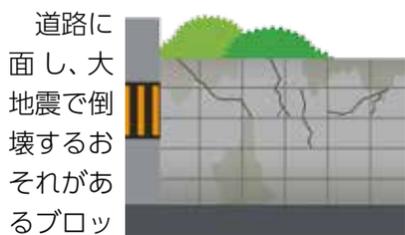
11月20日(水)マイナンバー関連業務休止

システムメンテナンスのため広域交付住民票、マイナンバーカード交付、券面更新などの業務がで

きません。

問 住民課(☎621-5088)

ブロック塀などの耐震化を支援



道路に面し、大地震で倒壊するおそれがあるブロック塀などの撤去やフェンスなどに改修する費用の一部を補助します。

【補助金額】▶撤去のみ=撤去費用の2分の1か基準額(1㎡につき5,000円)のいずれか少ない額(上限10万円)▶改修=フェンスなどを設置する費用の2分の1に上記撤去補助額を加算した額(上限20万円)

詳しくは市HPをご覧ください。お問い合わせください。

問 建築指導課(☎621-5272)

農地法許可申請はお早めに

12月の農業委員会総会への農地法許可申請書などの提出期限は12月5日(木)です。

問 農業委員会事務局(☎621-5393)

農用区域の変更申し出を受け付け

対 次のいずれかに該当する場合▶農家の住宅用地や分家住宅用地・沿道サービス業の開設用地などやむを得ない事情で、農用区域の農地(青地)を同区域から除外したい▶農用区域から除外されている農地(白地)を将来にわたり農用区域に編入したい

申 11月21日(木)~12月20日(金)に、印鑑、登記簿の全部事項証明書、位置図、現況写真、事業計画書などを持って、市役所3階農林水産課へ

問 同課(☎621-5246)

「暮らしの安全安心カレンダー2020」を配布



エシカル消費や食品ロス削減のポイント、悪質商法・架空請求の事例や注意すべきポイントなど、安全安心な消費生活のために必要な情報を掲載した2020年版カレンダーを、市役所1階市民生活課とアミコビル3階消費生活センターで配布します(先着200人。1人1部)。

問 同課(☎621-5145)

オレンジリボン運動をご存知ですか

この運動は、子ども虐待防止のシンボルマークであるオレンジリボンを広めることで、虐待の問題に関心を持っていただき、虐待のない社会を築くことを目指しています。



11月は児童虐待防止推進月間です。周囲で「もしや虐待では」と思ったときは、秘密は厳守しますので、市役所南館2階子育て支援課か中央こども女性相談センター(児童相談所)へ早めにご相談ください。

問 同課(☎621-5122)、同センター(☎622-2205)

「毎月1点検運動」で防災・減災対策

徳島県では、防災意識の向上と防災力強化を目的とした「毎月1点検運動」を実施しています。

毎月のテーマに沿って、まずは家庭から防災・減災対策に取り組みましょう。

【毎月のテーマ】▶1月=家具固定▶2月=備蓄▶3月=火災予防▶4月=避難場所・避難経路▶5月=住宅・建物耐震化▶6月=土砂災害・水害▶7月=情報の入手・伝達手段▶8月=FCP(家族継続計画)▶9月=災害医療・救急救命▶10月=BCP(事業継続計画)▶11月=津波避難▶12月=電気などライフライン

問 危機管理課(☎621-5529)

創業支援相談会を開催

創業に必要な知識などについての個別相談会(1人30分程度)。



日 12月12日(木)

13:30~16:30(場)ふれあい健康館(定員)20人(先着)

申 12月5日(木)までに、参加申込書(市HPからダウンロード可。市役所3階経済政策課などでも配布)に必要事項を記入し、ファクス、電話で同課(☎621-5196 ☎621-5225)へ★電子申請可

11月は労働保険適用促進強化期間

労働保険とは、労災保険と雇用保険を併せた強制保険制度で、労働者を1人でも雇っている事業主は加入する義務があります。

加入手続きを怠っている場合、保険料をさかのぼって徴収するほか、追徴金や労働災害が生じた時の保険給付額を徴収します。また、事業主のための助成金を受給できない可能性があります。

労働保険については、徳島労働局や労働基準監督署、ハローワークへご相談ください。

問 徳島労働局(☎652-9143)

家庭でできる冬の省エネ! できることから取り組もう

冬は暖房などでエネルギー消費量が増えますが、少しの工夫や努力により省エネ効果を上げることができます。省エネしながら暖かく快適な生活を送りましょう。

◆暖房をつける前にできること

冬が旬のショウガやカブなどの根菜類は冷え性に効果があるとされています。また、ストールや機能性素材の衣類を上手に使い、できるだけ暖房に頼らない工夫をしましょう。

◆省エネのポイント

【エアコン】▶設定温度は20℃を目安▶暖房時は風向きを下向きに▶エアコンフィルターは月1~2回清掃する▶外出前や就寝前は20分前を目安にオフにし、余熱で暖を取る

【開閉部】▶ドアや窓の開閉回数を減らす▶窓に断

熱シートや厚手のカーテンを付ける

【電気こたつ・カーペット】▶こたつ布団に上掛けと敷き布団を合わせて使う▶カーペットの下に断熱マットを敷いたり、設定温度を低めにする

◆「エコライフカレンダー 2020」を配布

配布は11月25日(月)から。先着700人。希望者は直接、環境保全課へ。市HPからもダウンロード可。



◇ ◇ ◇ ◇ ◇

問 環境保全課(☎621-5213)

障害者福祉啓発イベントを開催

◆ふれあいフェスタ

障害のある人が作った手芸品やパン、お弁当などの展示・販売。

日 12月2日(月)~6日(金)各日10:00~15:00(場)市役所1階国際親善コーナー

◆講演会

『「共存社会」の実現を目指して 発達障害をポジティブに生きる~当事者として・当事者の母として~』と題しての講演。講師は「私と息子三人は発達障害です。何か?」の著者である笹森理絵さん。

日 12月4日(水)13:30~15:00(場)市役所13階大会議室(定員)150人

当日、手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループを設置。

問 障害福祉課(☎621-5177 ☎621-5300)

徳島県最低賃金が793円に改定

10月1日から県内で働く全ての労働者に適用される最低賃金が改定され、1時間793円になりました。※特定の産業には産業別の最低賃金が定められています。

問 徳島労働局(☎652-9165)

11月は固定資産税の第4期分の納期月です
納期限は12月2日(月)

譲ります・譲ってください

【譲ります】品名(保有年数) ▶ベビーサークル(拡張パネル付)(2年) ▶ベビー用バスチェア・食事クッションセット(4年)

【譲ってください】 ▶婦人用自転車
申 11月22日(金)(消印有効)までに、はがきにく希望の品(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。

11月25日(月)に抽選を行い、当選者だけにご連絡します。

催し

中央公民館まつり

日 11月16日(土) 9:30~15:00、17日(日)10:00~14:30 場 同館
内 ▶発表の部=コーラス、南京玉すだれ、尺八など ▶展示の部=書道、俳句、絵手紙、水墨画など ▶催し物の部=煎茶、月曜茶道など ▶体験コーナー=表装、大正琴など
問 同館(☎625-1900)

学校給食食育パネル展

学校給食での食育の取り組みや給食レシピ、食品ロス削減などのパネルと学校給食に関するポスターコンクールの優秀作品を展示。
日 11月18日(月)~22日(金) 8:30

~17:00 (18日(月)は12:00から、22日(金)は13:00まで) 場 市役所1階国際親善コーナー

問 給食管理室(☎621-5416)

青空市まつり

新鮮な野菜や果物などを生産者から直接提供。

▶東富田市(東富田公園)=11月19日(火) 8:30~10:30 ▶助任市(日枝神社境内)=11月20日(水) 6:00~8:00 ▶津田市(ローソン津田本町店裏駐車場)=11月21日(木) 6:00~8:00 ▶佐古市(佐古児童遊園)=11月24日(日) 6:00~8:00

問 徳島市青空市の会(☎655-8637)

徳島大学附属図書館 学術講演会

「資料を未来に繋ぎたい~デジタルアーカイブの可能性~」をテーマに、徳島大学大学院社会産業理工学研究部教授の桑原恵さんなどが講演。

日 11月21日(木)13:30~15:00
場 同館(南常三島町2)
問 同館(☎656-7584)

ニュースポーツのつどい

開催種目はカローリングとペタンク。申し込み不要。直接会場へ。

日 11月23日(祝) 9:00~12:00
場 内町小学校体育館・グラウンド
対 市民準 体育館シューズ
問 スポーツ振興課(☎621-5427)

夢ナリエ城内メモリアル 2019イルミネーション

約5万個のLED電飾でとくぎんトモニアリーナ前の広場を装飾。



イベントニュース61 ひょうたん島川の駅連絡会

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
トモニ SunSun マーケット	11月17日(日) 10:00~15:00	新町川・阿波製紙水際公園	農産物や海産物、特産加工品、総菜などを販売	チャレンジサポーターズ(☎070-5350-9033)
とくしまマルシェ	11月24日(日) 9:00~15:00	しんまちボードウオーク周辺	テーマは「海の幸フェア!」。約80のPARASOLが軒を連ねる産直市	とくしまマルシェ事務局(☎657-7511)

日 12月1日(日)~令和2年1月15日(水)各日17:00~22:00 ※12月24日(火)・25日(水)は24:00まで

問 徳島市体育振興公社(☎654-5188)

徳島ガラススタジオ「冬を彩るイロイロガラス展」

温かみのある色合いのガラス作品の展示や販売。



日 12月2日(月)~28日(土)各日9:00~17:00 場 同スタジオ(勝占町中須)

問 同スタジオ(☎669-1195)

徳島市高齢者大学

じぞうばし内科外科院長の後東久嗣さんによる肺がんに関する講演や、徳島市老人クラブ連合会によるコーラスやフラダンスなど。

日 12月4日(水)10:00~ 場 あわぎんホール1階大ホール

問 高齢福祉課(☎621-5176)

徳島市立図書館イベント

◆クリスマスのおはなし会

うたや工作、絵本の読み聞かせ。
日 12月15日(日)14:00~15:00
対 4歳~小学生とその保護者(員)20人 ※要申し込み

◆バリアフリー上映会「武士の家計簿」

ナレーションや日本語字幕でどなたでも内容が伝わるよう工夫された映画を上映。

日 12月22日(日)14:30~16:50
場 アミコビル4階シビックセンターさくらホール(員)70人 ※要申し込み

問 同館(☎654-4421)

阿波おどり会館 クリスマス特別公演

サンタやトナカイと阿波おどりを楽しむ子ども向けの特別公演を開催。また、眉山山頂展望台をイルミネーションで装飾。

日 12月25日(水)20:00~20:40
¥ 大人800円、小・中学生400円、幼児無料
※特別公演とロープウェイ(往復)料金のお得なセット券も販売(要予約) ▶大人=1,260円 ▶中学生=940円 ▶小学生=620円)。
問 同会館(☎611-1611)

徳島ヴォルティス ホームゲームスケジュール

日 11月24日(日)14:00~ 場 鳴門・大塚スポーツパーク ポカリスエットスタジアム
【対戦チーム】レノファ山口FC
問 企画政策課(☎621-5085)

歌・ダンス・演劇の出演者を募集

徳島市の芸術文化活動を推進する市民グループ「あんさんぶる」が開催する、歌唱・ダンス・演劇のワークショップの参加者を募集します。各部門で専門講師による指導が受けられます。対象は練習会・発表会に参加できる人です。練習日程など、詳しくはお問い合わせください。

部門	募集期間	対象	定員	内容
歌唱	11月28日(木)まで	小学生以上	30人程度	ソプラノ歌手の井上ゆかりさんによる合唱指導(月2回程度)
ダンス	11月30日(土)まで	高校生以上	30人程度	振付師でダンサーの吉本栄里子さんによるジャズダンス指導(月3回程度)
演劇	12月1日(日)~13日(金)まで	高校生以上	10人程度	演出家の浅香寿穂さんによる朗読劇指導(月3回程度)

申 はがき、ファクス、メールに「ワークショップ参加希望」と明記し、〈名前/年齢/電話番号〉をシビックセンター(〒770-0834 元町1-24 ☎626-0833 ☎626-0408)へ。電話での申し込みも可



とくしま植物園各教室を開催

◆雑草いけばな教室

お正月の花や飾りを制作
日 12月15日(日)10:00~12:00
員 20人(抽選)
¥ 1,200円



◆サタデー☆サンデー教室 ドライフラワーアレンジメント教室

お正月を彩る花の壁飾りを制作
日 12月15日(日)13:30~15:30
員 15人(抽選) ¥ 2,800円

◆冬休み親子ミニ門松教室

お正月に飾るミニ門松を制作
日 12月21日(土) ▶ 1班=10:00~12:00 ▶ 2班=13:00~15:00
員 各班10組(抽選) ¥ 1組1,500円

◆ネイチャーゲーム教室

落ち葉やどんぐりを使った遊び
日 12月22日(日) 9:30~12:00(員)30人(抽選) ¥ 200円



対 市内在住・在勤・在学の人 ※冬休み親子ミニ門松教室は小・中学生。ネイチャーゲーム教室は5歳以上。

申 11月25日(月)(消印有効)までに、はがきに〈教室名(班名)/住所/名前/電話番号(市外の方は勤務先名か学校名も)〉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 ★電子申請可



講座・教室

ふれあいパソコン
年賀状作成講座

日 11月26日(火) 13:00~15:00
場 ふれあい健康館 員 9人(先着)
料 2,300円(教材費を含む)
申 11月19日(火)までに同館(☎657-0194)へ★電子申請可

料理教室(食育)

◆高校生への料理教室
一人暮らしを始める予定の人におすすめの料理を紹介。
日 12月1日(日) 10:00~13:00
員 30人(先着)
◆若い世代への料理教室
クリスマス料理を紹介。
日 12月4日(水) 15:30~18:00
対 大学生以上 員 24人(先着)
◇ ◇ ◇ ◇ ◇
場 四国大学 料 無料 準 エプロン・三角巾
申 ▶ 高校生への料理教室=11月20日(水)まで ▶ 若い世代への料理教室=11月25日(月)まで—に、四国大学SUDACHI推進室(☎665-9953)へ

中央公民館
「冬の市民講座」

1月上旬から開講する「冬の市民講座」の受講生を募集。
内 民踊、茶道、水彩画、ヨガコンディショニングストレッチ、粘土工芸、子ども料理、子ども英語—など全部で28講座
申 11月29日(金)(必着)まで。対象や参加費、申し込み方法など詳しくは市HPをご覧ください

問 同館(☎625-1900)

考古学入門講座

国指定史跡の鳴門・板野古墳群について、鳴門市教育委員会の下田智隆さんが講演。

日 11月30日(土) 14:00~16:00
※当日受け付け。場 考古資料館

問 同館(☎637-2526)

生涯学習短期特別講座

ふれあい健康館で次の各講座を開催。

▶ 大人のクリスマスロールケーキ作り=12月6日(金)
▶ 親子でクリスマスチョコロールケーキ作り=12月7日(土) ▶ 年末年始おもてなし料理=12月13日(金) ▶ 男の子のためのベビースキンケア=12月17日(火) ▶ お正月リース作り=12月22日(日) ▶ お正月生花アレンジメント=12月27日(金)
申 講座開始日の10日前まで。定員や参加費、申し込み方法など詳しくは同館HPをご覧ください★電子申請可
問 同館(☎657-0194)



若者の自立をサポートする
保護者セミナー

自立に悩む若者の心理や、家族だからこそできる効果的なサポートについての講演。
日 12月7日(土) 14:00~15:30
場 徳島県教育会館(北田宮) 対 自立に悩む若者の保護者 員 20人
※要予約。詳しくはとく



しま地域若者サポートステーションHPをご覧ください。

申 同ステーション(☎602-0553)

健康

「からだが喜ぶフィットネス
教室」を開催

医師から運動制限を受けておらず、介護認定を受けていない市民を対象に、エイジングコントロールトレーニング教室を開催。

日 ▶ 60歳以上=11月27日(水)
▶ 20~60歳代=12月4日(水)—各日10:00~11:30 場 ふれあい健康館 員 各クラス40人(先着)
準 運動しやすい服装や靴、ヨガマット(レジャーシート可)、バスタオル、水分補給用飲料
申 保健センター(☎656-0534)

「のぼそう健康寿命教室」
を開催

笑いヨガ認定ティーチャーの岩野沙織さんによる講話と実技。

日 12月6日(金) 10:00~11:30
場 ふれあい健康館 対 65歳以上の市民(介護保険認定者は除く) 員 40人(先着)
申 保健センター(☎656-0534)

特定健康診査は
12月20日まで

対象は徳島市国民健康保険に加入している昭和20年4月1日~昭和55年3月31日生まれの人。受診場所は受診券に同封している医療機関一覧表をご覧ください。

10月以降の加入者で受診を希望する人は、11月末までに保険年金課へお問い合わせください。
料 1,000円 準 受診券と徳島市国民

健康保険証

問 同課(☎621-5159)

麻しん(はしか)・風しん
予防接種を実施

麻しん・風しん混合予防接種は1期(1歳から2歳の誕生日の前日まで)と2期(小学校入学前の1年間)の2回です。

本年度の2期の対象は、平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれの人で、接種期限は令和2年3月31日までです。※麻しん・風しんの両方にかかったことがある人は対象にはなりません。

問 保健センター(☎656-0540)



12月 子育て施設
インフォメーション

※は要申し込み。詳しくは市HPを参照

親同士、子ども同士の交流の場
に。子育ての不安解消のための相談会や講座を紹介します。

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(日曜・祝日は16:00まで) 月曜休館
▶ 冬のおはなし会=13日(金) 10:30~11:00、14:30~15:00 ▶ お楽しみタイム=14日(土) 10:30~11:00 ▶ 12月生まれのおたんじょう会(先着15組) ※=17日(火)(1歳)、18日(水)(2歳以上) 各日 10:30~11:00 ▶ 子育てカウンセリング(講師は公認心理師の森隆子さん) ※=18日(水) 11:00

介護予防運動教室の参加者を募集

元気で自立した日常生活を続けるために毎日実践できる運動プログラムを実施。

日 場 員 下表のとおり

施設名	とき	定員
デイサービスとみだ(中昭和町3)★	毎週金曜13:30	5人
阿波老人ホーム 仙寿園(住吉四)★	毎週火曜・金曜14:00	各5人
三成会 キュアセンター(南矢三町三)	毎週火曜15:00	5人
ケアハウス エルベ(勝占町松成)★	毎週月曜・木曜9:30	各4人
健祥会 デイセンター—心太助(南沖洲四)★	毎週月曜・木曜10:00	各7人
国府リハビリテーション フェニックス(国府町井戸)	毎週水曜15:00	4人
健祥会 デイサービスセンター—徳島(国府町東高輪)★	毎週月曜10:00	3人

令和2年1月から開始で、毎週1回実施。期間は3カ月間。★の施設は送迎あり(1回300円)

対 65歳以上の市民で、以下のいずれかの条件に当てはまる人※通所系サービスとの併用不可 ▶ 足腰や筋肉の衰えを感じ、生活機能低下がみられる ▶ 総合事業における事業対象者の認定がある ▶ 要支援認定がある

申 地域包括支援センター(☎0120-24-6423)へ。申し込み後、地域包括支援センター職員が訪問し、手続きを行います

問 高齢福祉課(☎621-5574)

「若返りカアップ教室」を開催

動きやすい体に整えるコンディショニング、認知症予防、血管の健康を保つための運動など、今後の健やかな生活に役立つ健康知識を学びませんか。

日 内 下表のとおり

とき	内容
11月26日(火)	(講話) 歯科衛生士による講話 (運動) 筋肉の機能を改善するコンディショニング
12月3日(火)	(講話) 保健師による講話 (運動) 認知症を予防するエクササイズ
12月10日(火)	(講話) 管理栄養士による講話 (運動) サルコペニアを予防するエクササイズ

時間は各日13:30~15:00

場 ふれあい健康館 対 65歳以上で、医師から運動制限を受けておらず、全日程に参加できる人(介護保険認定者や昨年度の同教室に参加した人は除く) 員 20人(先着) 準 運動できる服装、室内用運動靴、バスタオル2枚、タオル、水分補給用飲料

申 保健センター(☎656-0534)

～15:00▶子育てセミナー「親子のふれあい体操」(2・3歳の子どもとその保護者。先着20組)=19日(木)10:30～11:20

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

▶ママのリフレッシュ講座(無料の託児サービスあり)※=5日(木)10:30～11:30▶親子クリスマス会※=6日(金)10:30～11:30▶食育講座(離乳食を開始している～1歳の子どもとその保護者)※=9日(月)、19日(木)各日10:00～11:30▶①うたってあそぼう②ファミサポ説明登録会=16日(月)①10:30～11:00②11:00～12:00▶言語聴覚士による個別相談※=18日(水)10:00～12:00

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、第2・4土曜、祝日休館



▶藤本さんのうたの日=2日(月)11:30～12:00▶あいちゃんの子育てアドバイス=7日(土)10:00～12:00▶寒川伊佐男先生の育児講座=13日(金)14:30～15:30▶転勤族ママの日=24日(水)10:30～11:30、14:30～15:30

在宅育児家庭相談室

(土・日・祝日休み)
利用時間 9:00～12:00
13:00～15:30

地域における子育て支援の充実を図るために、親子の交流や相談援助を行う施設。

津田保育所「あっぱ」

☎662-0246
▶わらべうたであそぼう=3日(水)10:30～11:00▶親子の広場(てづくりおもちゃ)=5日(木)10:15～11:15▶0・1歳児への絵本の読み聞かせとは=17日(水)

10:30～11:30▶おでかけ保育(児童館訪問)=25日(水)10:00～11:30

城西保育所「わおん」

☎634-3105
▶親子の広場(公園であそぼう)=4日(水)10:00～11:00▶親子の広場(てづくりおもちゃ)=5日(木)10:00～11:00▶親子の広場(誕生会)=12日(木)10:45～11:15▶子育て講座(絵本と歌のじかん)=17日(水)10:30～11:00

国府保育所「あいあい」

☎642-3656
▶子育て講座(幼児食のポイント)=5日(木)10:30～11:30▶園開放(リズム室で遊ぼう)=17日(水)10:15～11:00▶親子の広場(てづくりおもちゃ)=18日(水)10:15～11:15▶栄養士による栄養相談※=20日(金)10:00～11:30

名東保育所「たち」

☎631-1120
▶親子の広場(身体測定)=2日(月)10:00～11:30、13:30～15:00▶助産師によるおっぱい相談※=10日(水)10:00～11:30▶親子の広場(誕生会)=12日(木)10:45～11:15▶親子で楽しむおはなし会=17日(水)10:30～11:00

丈六保育所「あーち」

☎645-1031
▶おでかけ保育(一緒にあそぼう)=3日(水)10:30～11:15▶親子の広場(てづくりおもちゃ)=4日(木)9:00～11:30▶親子の広場(誕生会)=12日(木)10:45～11:15▶親子の広場(身体測定)=23日(月)10:00～11:30、13:30～15:00

北井上認定こども園「たんたん」

☎642-6330
▶子育て講座(クリスマス飾りをつくろう)=3日(水)10:15～11:30▶おでかけ保育(ベビーカーアワーでアートの日 in 近代美術館)※予約は11月19日(水)～=4日(水)10:30～11:30▶子育て支援講座(学生さんとあそぼう)=5日(木)10:00～11:00▶助産師によるおっぱい相談※=18日(水)10:00～11:30

12月の無料相談

市内在住の人などを対象に、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

弁護士相談 (注1)	毎週水曜、13日(金) (予約制)	13:00～16:00
公証人相談 (相続・遺言など)	17日(水)	13:00～16:00
司法書士相談	毎週月・水・金曜	10:00～12:00
行政書士相談	毎週火曜	10:00～12:00
社会保険労務士相談 (年金相談)	12日(木)	13:00～16:00
土地家屋調査士相談	5・19日(木)	10:00～12:00
不動産相談	12日(木)	10:00～12:00
	24日(水)	13:00～16:00
住まいづくり相談	26日(木)	10:00～13:00
行政相談委員相談 (注2)	2日(月)	13:00～15:00
交通事故相談	毎週月・水・金曜	9:00～15:30
心配ごと相談 (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12月4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12月11日・13日・18日・25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】12月18日(水)13:00～15:00

消費生活相談 (徳島市、石井町、神山町、佐那河内村内在住の人)

◆消費生活センター (アミコビル3階) ☎625-2326

商品購入やサービス利用に伴うトラブル相談	10:00～17:00 【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)】	10:00～18:00 (受け付けは17:00まで) 【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】	4・11・18日(水)	18:00～20:00
	6・13・20日(金)	

※無料託児あり(1歳～就学前)。3日前までに要予約

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	3・17日(水)	13:30～16:00
---------------	----------	-------------

からだの相談 (市内在住の人)

◆保健センター (ふれあい健康館内)
☎656-0534 [要予約] ※母子相談のみ☎656-0532

■医師による相談※相談時間は1人30分程度。

健康相談・COPD予防相談・禁煙支援相談	10日(水)	13:00～15:00
もの忘れ予防相談	18日(水)	9:30～11:30
歯科医師相談	19日(木)	13:00～15:00
糖尿病予防相談	25日(水)	14:30～16:30

■保健師による相談

健康相談 (成人相談・母子相談)	毎週月～金曜 【休】祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～16:00
------------------	----------------------	---------------------------

■管理栄養士による相談

栄養相談	毎週月～金曜 【休】祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～16:00
------	----------------------	---------------------------

■健康運動指導士による相談

運動相談	毎週月～金曜 【休】祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～15:00
------	----------------------	---------------------------



シニア向けの新コーナーがスタート!!

運動習慣を身に付け、健康寿命を延ばそう

令和7年には日本の人口の約3分の1が65歳以上になることが想定され、徳島市もこれまで経験したことのない長寿社会に突入します。私たちが、この時代を楽しみ、生き生きと暮らしていくためには、健康づくりや生きがいづくりが大切です。

今号より毎月15日号の本紙8面では、高齢者の人生を豊かにするための情報や高齢者を支援する制度などをご紹介します。

重要なのは健康寿命

医療の進歩により、日本人の平均寿命は伸び続けており、平成30年には女性が87.32歳、男性が81.25歳で、いずれも過去最高を更新しました。

しかし一方で、介護を必要とせず自立した生活を送れる「健康寿命」は、年々伸びているものの、平均寿命に比べ、男女と

もに10年前後も短くなっています。

いつまでも自分らしく、生き生きと暮らすためには、いかにこの「健康寿命」を延ばすかが重要です。

運動習慣を身に付けよう

健康寿命を延ばすためには、日常生活に運動を取り入れることが有効です。

運動が苦手なシニアにも、無理のない運動はたくさんあります。「もう年だから」と諦めず、まずはウォーキングや体操など、手軽な運動から始めてみましょう。

運動がもたらすさまざまな効果

運動で体を動かせば、自然と食欲がわき、しっかり食えることができ、体力もついてきます。筋肉や骨への適度な刺激は、体の衰えを防ぐだけでなく、呼吸や心臓などにも良い影響を与え、生活習慣病の予防にもなります。

レスの解消や物忘れの予防など精神面にも良い効果があるといわれています。

みんなと楽しみながら続けよう

一人での運動はなかなか続かないものです。地域で行っている運動教室や趣味のサークルなどに参加することで輪が広がり、仲間とともに楽しみながら継続できます。



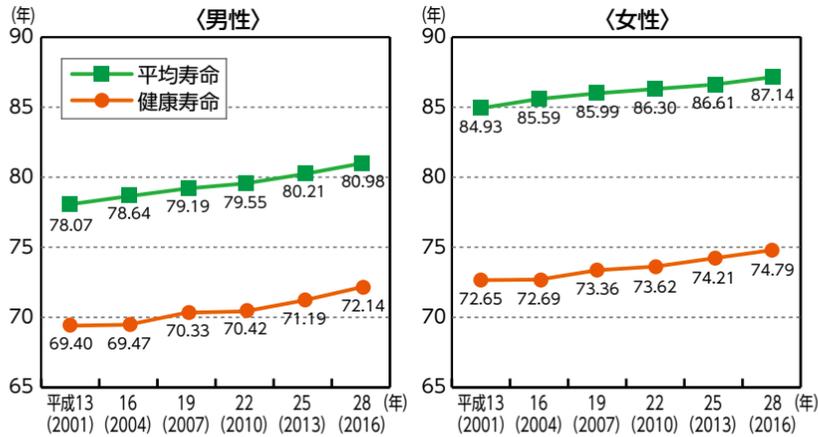
本市では、市民の皆さんの健康や生きがいづくりを支援するため、通所型短期集中介護予防サービス事業や元気高齢者づくり事業、いきいき百歳体操推進事業などの各種運動教室、その他さまざまな事業を実施しています。

各事業について、詳しくは毎月15日号の8面でお知らせしていきます。



また、身体機能が向上するだけでなく、運動を続けることで得られる「これだけできるようになった」という満足感や達成感は自信につながります。気持ちが明るく前向きになり、スト

■日本人の健康寿命と平均寿命の推移



第1回徳島市介護予防市民公開講座「きくち体操 in 徳島市」

雑誌・書籍・テレビなどでおなじみの、きくち体操創始者・菊池和子さんを講師にお迎えします。「いくつになっても自分の体は自分でよくしていける」、その真髄をぜひこの機会に体感してみませんか。

【開催日時】 令和2年1月30日(木) 13:50~16:00

(受け付け13:30~)

【会場】 徳島グランヴィリオホテル グランヴィリオホール (万代町3)

【募集人数】 先着650人 (市内在住・在勤・在学の人)

【参加費】 無料

【申し込み方法】 申込書(市ホームページからダウンロード可。市役所南館1階高齢福祉課や各支所・コミュニティセンターなどでも配布)に必要事項を記入し、直接、市役所南館1階高齢福祉課へ。申込書と引き換えに聴講券をお渡します。
※平日8:30~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

菊池和子さん
1934(昭和9)年生まれ。体育教師を経て「きくち体操」を創始。以来50年、幼児から高齢者まであらゆる年代の健康の獲得に貢献。



参加者募集

きくち体操とは

きくち体操は、菊池和子さんが「動くことはなぜ心と体によいのか」という素朴な疑問から出発し、「どう動かすと体のどこにどういいのか」を繰り返し研究・実践してきたものです。「自分にとって何が大切なのか」を体と脳で感じとり「良くしていく」感性と術を身に付けることにより、自分に対する自信と愛情、前向きな心を育てていきます。

生涯「人間として良く生きる」ことを目指した体操です。

【問い合わせ先】 高齢福祉課 (☎621-5574)